

Leichtathletik

Ja, wo laufen sie denn?

Ein toller Winter liegt hinter uns und die milderen Temperaturen locken uns wieder ins Freie. Laufen ist jetzt eine ideale Möglichkeit, den Körper wieder in Schwung zu bringen und auch etwas vom Winterspeck los zu werden. Und weil es in der Gruppe auch mehr Spaß macht, bietet die Leichtathletik Talentförderschule allen Inte-

ressierten die Gelegenheit, regelmäßig zu joggen (nähere Informationen bei Christian Schwanzer, Tel 9714). Treffpunkt ist ab Ende März jeweils montags um 18:30 Uhr am neuen Friedhof am Pechlerweg.

Auch in diesem Jahr heißt es wieder: Lauf10! Nachdem wir im vergangenen Jahr zum ersten Mal erfolgreich bei der Aktion Lauf10! teilgenommen haben, werden wir auch in diesem Jahr teilnehmen und freuen uns natürlich über jeden, der auch mitmachen will. Ziel ist es, dass jeder – also vor allem auch ungeübte Läufer – nach einem festgelegten Trainingsplan in 10 Wochen in der Lage ist, bei einem Abschlusslauf über 10 km teilzunehmen. Wir beginnen am Montag dem 29. April 2013 mit zwei Trainingseinheiten pro Woche, jeweils montags am neuen Friedhof in Sauerlach am Pechlerweg und donnerstags an der Kirche in Arget. Die genauen Uhrzeiten werden noch bekanntgegeben oder können bei Christian Schwanzer (Tel. 9714) erfragt werden.

kp



Die Sauerlacher Teilnehmer beim Lauf10! im Jahr 2012