

Leichtathletik Sauerlach e.V.



Immer mehr Sauerlacher machen mit.

Am 24. April fanden sich am Pechlerweg über 40 Läuferinnen und Läufer zur ersten LAUF10!-Trainingsrunde ein, um die Fitness und Ausdauer für den 10-km-Abschlusslauf am 30. Juni in Wolnzach Stück für Stück aufzubauen. Neben Mitgliedern unseres regelmäßigen Lauftreffs waren diesmal nicht weniger als 21 „Neue“ dabei, die sich hoch motiviert dem Trainingsprogramm stellten.

Gelaufen wird jeweils montags und donnerstags in verschiedenen Gruppen, so dass niemand über- oder unterfordert wird. Nicht Schnelligkeit oder Bestzeiten sind das Ziel, sondern gesunde Fitness und Kondition, die sich auch Lauf-Anfänger und Sportmuffel erlaufen können.

Wer schon etwas Laufkondition hat und gemeinsam mit Gleichgesinnten laufen möchte, kann sich gerne bei Christian (0151-21164338 oder info@leichtathletik-sauerlach.de) melden und auch noch in das laufende Training einsteigen.

Kurt Peteler



Hoch motiviert gingen auch die „Neuen“ auf die Strecke.