



Angerland Lauftreff Lintorf

Mitteilung vom 6. Januar 2020

In 100 Tagen zum Halbmarathon

„Das kann ich nicht“, gibt es hier nicht; allenfalls „... jetzt noch nicht“.

Wer schon immer mal mit dem Gedanken gespielt hat einen Halbmarathon zu absolvieren, sich aber bisher vielleicht alleine noch nicht getraut hat, kann jetzt das Angebot vom Angerland Lauftreff wahrnehmen.

Der Lauftreff bietet allen Interessierten auch in diesem Jahr eine gemeinsame 100-tägige kostenlose Lauf-Vorbereitung auf den Rhein-Ruhr-Halbmarathon in Duisburg am 7. Juni 2020 an.

Gemeinsames Training in der Gruppe mit viel Spaß und erfahrenen Läufern schafft die Grundlage für das Erreichen des Ziels. Interessierte sollten schon 60 min. in langsamem Tempo durchlaufen können.

Am 25.1. und 22.2.2020 in der Zeit von 14.00-15.00 Uhr befindet sich ein Info-Stand am Parkplatz Hinkesforst (Ratingen-Lintorf). Wer schon einmal vor Ort ist, ist herzlich eingeladen direkt um 15.00 Uhr eine Stunde mit dem Lauftreff zu joggen.

Informationen über den Angerland Lauftreff kann man erhalten über www.angerland-lauftreff.de
Fragen stellen oder sich anmelden bitte per Mail unter info@angerland-lauftreff.de

Offizieller Kurs-Beginn ist Donnerstag, der 27.2. mit einer Informationsveranstaltung.
Details zum Verlauf des Kurses erhalten alle Teilnehmer per Mail.

Traut euch und macht mit!

Petra u. Norbert Schmitz