



# Lauf- und Walkingabzeichen

Wir bieten wieder die Abnahme des Lauf- und Walkingabzeichen an!

Diesmal unter dem Motto: Weihnachts-Lauf- und Walkingabzeichenabnahme

- Wo: Auf dem Sportplatz - Zonser Sportzentrum 
- Wann: 19.12.2018, 17.50 Uhr (Mittwoch), im Rahmen des Lauf- und Walkingtreffs.
- Wer: Alle, die mindestens 15/30 Minuten joggen/walken können. Das Abzeichen kann in unterschiedlichen Stufen (15, 30, 60, 90, Minuten) „erworben“ werden. Erfahrende Lauftreff oder Walkingbetreuer/Innen begleiten Euch. Das Lauf/Walkingtempo spielt keine Rolle. Alle die 90 Minuten unterwegs sein möchten, bitte um 17:30 Uhr mit dem Laufen/Walken starten. Wer einen Lauf/Walkingausweis besitzt, diesen bitte mitbringen.
- Info: Unter Telefon 02133/450180
- Und sonst: Dusch/Umkleidemöglichkeiten sind leider nicht vorhanden, da die Heizungsanlage komplett erneuert wird. Reflektierende Kleidung tragen. Parken kein Problem - Für warme Getränke ist gesorgt. Und es wartet eine kleine Überraschung auf Euch.

