



Lauf- und Walkingabzeichen

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

Motto: Weihnachts- Lauf- und Walkingabzeichenabnahme unter Flutlicht

Wo: Auf dem Sportplatz - Zonser Sportzentrum



Wann: 18.12.2019, 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: Park/Dusch/Umkleidemöglichkeiten vorhanden
Reflektierende Kleidung tragen.
Für warme Getränke ist gesorgt.
Und es wartet eine kleine Überraschung auf Euch.

