

30 Jahre Lauftreff Ganderkesee

10 Jahre Frühlingslauf

Herbert Müller
Telefon 04222/6980

Ganderkesee, im März 2018

10. Frühlingslauf auf der großen Höhe

Liebe Joggerinnen und Jogger, liebe Walkerinnen und Walker!

Nach der Besprechung vom Dezember 2017 lade ich (letztmalig) zum 10. Frühlingslauf herzlich ein.

Termin: Samstag, den 21. April 2018, Anreise ab 14:14 Uhr.

Zur Vorbereitung der Kaffeetafel können einige Teilnehmer gerne bereits um 14:04 Uhr kommen.

Fotoshooting: 14:24

Laufen und Lächeln ist das Motto, mit mindestens 50 Teilnehmern.

Start: 14:34 Uhr

Kosten und Anmeldung:

4,- Euro für Heimbenutzung und Getränke, ausgenommen sind die Kuchenspender. Ich Sorge für Kaffee und Tee, Werner für Wasser und Bier.

Bei Manfred liegt eine Liste aus, in der sich bitte die Teilnehmerinnen und Kuchenspenderinnen eintragen. Ich bedanke mich bereits im Voraus für Kuchen, Torten und Sahne.

Weitere Hinweise:

Bei Fragen bitte Herbert anrufen. Ansonsten: Danke für die langjährige Mitwirkung und Unterstützung.

Wir bilden wieder Lauf- und Walking-Gruppen und zwar mit 11,13,15 und 17 km. Als Betreuer fungieren Marc, Axel, Birgit, Herbert, sowie Horst, Manfred u. Magda.

Gegen 15:55 Uhr sollten die Laufgruppen wieder beim Sportlerheim eintreffen. Nach dem Duschen* treffen wir uns in gemütlicher Runde an der gemeinsamen Kaffeetafel. Das Kuchenbuffet wird um 16:16 Uhr eröffnet.

Wer spendet den Kuchen? Bitte in der Liste bei Manfred eintragen!

Mit sportlichem Gruß,
Herbert Müller

*Es stehen 300 Liter ca. 70° heißes Wasser zur Verfügung.
Es reicht aus, wenn auch hier die Nächstenliebe Beachtung findet.