

Lauftreff Ganderkesee

Herbert Müller
Telefon 04222 / 6980

Ganderkesee, im März 2017

9. Frühlingslauf auf der Großen Höhe

Liebe Joggerinnen und Jogger, liebe WalkerInnen!

Nach der Besprechung vom Dezember 2016 lade ich zum 9. Frühlingslauf herzlich ein.

Termin: Samstag, den 22. April 2017, Anreise ab 14:14 Uhr.

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

Fotoshooting: 14:24 Uhr:

Laufen und Lächeln ist das Motto.

Start: 14:34 Uhr

Kosten und Anmeldung:

4,- € für Heimbenutzung und Getränke, ausgenommen sind die Kuchenspender. Ich Sorge für Kaffee und Tee.

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, sowie für die freundliche Mitwirkung.

Weitere Hinweise:

Bei Fragen bitte Herbert anrufen.

Wir bilden wieder Lauf- und Walking-Gruppen und zwar mit 11, 13, 15 und 17 km. Als Betreuer fungieren Marc, Ronald, Reinhard, Axel, Birgit und Herbert.

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 Kuchenbüfett 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 für alle, wenn auch hier die Nächstenliebe Beachtung findet.