

LAUFTREFF

GROSS HESEPE



Hallo Lauffreunde,

es ist wieder soweit – der Winterspeck muss weg!
Mit hartem Training und Disziplin.

Wir treffen uns wieder ab dem

03. März 2012 um 16:00 Uhr
an der Sporthalle in Groß Hesepe.

Das Betreuer team freut sich auf euch!

Angeboten werden mehrere Laufgruppen
(Dauer je 1 Stunde):

- Gruppe 1: Nordic Walking
- Gruppe 2: Langsamer Dauerlauf mit Gehpausen für Anfänger
- Gruppe 3: Lockerer bis mittlerer Dauerlauf
- Gruppe 4: Flotter Dauerlauf

Betreuer: Agnes Lammers, Martina Pirsig, Udo Berends,
Meik Wittenberg, Klaus Silies, Ludger Lammers,
Johannes Kamp, Heinz Hermann Wilmlink



Der Veranstalter SV Groß Hesepe übernimmt
keinerlei Haftung für Schäden jeglicher Art.
Dusch- und Umkleidemöglichkeiten in der Sporthalle.
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.