

Helmstedter Lauftreff

8. Juni 2012

Presse-Info

Lauf- und Walkingabzeichen-Abnahme beim Helmstedter Lauftreff

Die diesjährige DLV-Lauf- und Walkingabzeichenabnahme des Helmstedter Lauftreffs findet wieder an verschiedenen Tagen statt.

Am Sonntag, dem 17. Juni können bereits alle Walker und Nordicwalker, die Prüfung des Walking- bzw. Nordicwalkingabzeichens über 60 oder 120 Minuten ablegen. Während die 60min-Walker zusammen mit dem normalen Lauftreff um 10 Uhr starten, treffen sich die 120min-Walker bereits eine Stunde früher zum Abmarsch um 9 Uhr.

Für die Läufer findet die Ausdauerprüfung zwei Wochen später, nämlich am 1. Juli, ebenfalls im Rahmen des sonntäglichen Lauftreffs statt.

Dabei werden die Stufen 1 bis 5, das heißt 15, 30, 60, 90 oder 120 Minuten Dauerlaufen ohne Pause angeboten.

Für die Gruppe der 120-Minuten-Läufer gilt die Ausnahmeregelung, dass sie bereits um 9.30 Uhr starten. Alle anderen Gruppen laufen um 10 Uhr zur normalen Lauftreffzeit los.

Start und Ziel ist jeweils der Parkplatz an der Drillingskiefer im Helmstedter Lappwald, 400m oberhalb der Autobahnauffahrt Helmstedt-Zentrum. In allen Gruppen sorgen Betreuer dafür, dass in angemessenem langsamen Tempo gelaufen bzw. gewalkt wird.

Wer die entsprechende Prüfung bereits in der Vergangenheit geschafft hat, sollte zur Wiederholungsbestätigung die Ausweiskarte mitbringen.

Der Lauftreff findet ansonsten jeden Sonntag das ganze Jahr über und bei jedem Wetter statt, jeweils von 10 bis 11 Uhr und ist an keine Vereinszugehörigkeit gebunden. Es sind jederzeit Neue, auch Anfänger, herzlich willkommen.

Mit freundlichen Grüßen

Wolfgang Henze