

RUN UP 2018

START IN DIE LAUF- UND WALKINGSAISON

Der Run UP ist eine bundesweite Aktion des DLV um die Lauf- und Walking Saison einzuläuten.

Sport ist gut für die Gesundheit und das Wohlbefinden
Es stärkt das Herz- Kreislaufsystem und regt die Fettverbrennung an.

Wir möchten alle Läufer und Interessierte einladen mit uns schöne Strecken in Liesborn und Wadersloh zu laufen.
Die gemeinsamen Läufe finden statt

am 21. April 2018 in Liesborn
Treffen 15.00Uhr am Schießheim

am 28. April 2018 in Wadersloh
Treffen 15.00Uhr am Sportheim

Gelaufen wird in Gruppen
15, 30, 45, 60 min

Auskunft Werner Rothfeld
Tel: 02523/ 7606
Irmgard Grote
Tel: 02523/ 7147

