

## Breitensport-Lauftreff 2012 Laufzeiten für Jogger u Nordic-Walker

Winter: Montag 9:00 Uhr Nordic-Walker für Senioren/innen  
Mi u Sa 15:00 Uhr Jogging und Nordic-Walking  
Sommer: Montag 9:00 Uhr Nordic-Walker für Senioren/innen  
Mi u. Sa. 18:00 Uhr Jogging und Nordic-Walking  
Treffpunkt: Parkplatz Turnerheim

Im vergangenen waren auch wieder mehr als 1400 Jogger und Nordic Walker unterwegs um ihre Fitness zu erhalten und zu verbessern.

Weitere Aktivitäten 2012 waren unter anderem:

Run Up: Am Sonntag den 22. April 2012 eröffneten Jogger, Walker, Nordic Walker und Radfahrer die Freiluftsaison. Die Strecken sind sowohl für Anfänger wie auch für Geübte geeignet. Der Start war auch 2012 um 10:00 Uhr.

Stammtisch: Alle 4 Wochen Mittwochs ist Treffpunkt bei Antonio um 20:00 Uhr

Am 27.05.2012 wanderten wir von Bissingen, Sattelbogen über Oberlenningen zum Wielandstein. Pause machten wir in der Ziegelhütte, und der Rückweg führte über den Breitenstein zurück nach Bissingen. Gesamtgehzeit ca. 4 ½ Stunden.



Am 25.07.2012 trafen sich die Jogger und Nordic Walker auf dem Hörnle Parkplatz zum gemeinsamen grillen. Die Senioren trafen sich am 20.08.2012 auf Pangerl's Wiese zum grillen.

Die gemeinsame Jahresfeier von Joggern und Nordic Walker machten wir am 01.12.2012 wieder bei Antonio im Vereinsheim um 18:30 Uhr.

Zum traditionellen Jahresabschluss machten wir am 30.12.2012 wieder unseren gemeinsamen

Tecklauf. Wie immer gab es ausreichend Verpflegung im Burghof.  
Dafür ein herzliches Dankeschön.  
Auch am Kirchheimer Silvesterlauf nahmen wieder 2 Läufer teil.

Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination und Kraft kann trainiert werden, deshalb laden wir alle ein,  
die bei uns mitlaufen möchten, unser Motto „Lauf mit bleib fit“.  
Für 2012 wünsche ich allen ein gesundes und verletzungsfreies Jahr.

Herbert Drechsel