

### Wer möchte sich seinen Lauftraum erfüllen? „Marathonfieber“ Informationsveranstaltung zur Vorbereitung auf den „Hochwald Mittelrhein – Marathon“



Sind Sie Hobbyläufer und wollen sich endlich den Traum von Ihrem ersten Marathon oder Halbmarathon erfüllen? Dann nichts wie los! Wie in den letzten vier Jahren betreut die LG Laacher See in Zusammenarbeit mit **Intersport Krumholz** die Trainingsgruppe Mayen – Mendig. Interessierte Sportler aus der Region werden so gezielt auf den **Mittelrhein-Marathon** am 2. Juni 2012 vorbereitet. Willkommen sind auch alle Läufer, die ihre bisherigen Leistungen über diese Distanzen, auch bei anderen Veranstaltungen (z.B. Bonn, München) verbessern möchten.

**Bild:** Die Marathontrainingsgruppe in Berlin. Die Fa. Kalenborn hatte die neuen Laufshirts zur Verfügung gestellt (re. Markus Kalenborn).

Um Laufinteressierte darauf vorzubereiten was sie erwartet und wie sie erfolgreich das Ziel erreichen, bietet die LG Laacher See am **15.02.2012 um 19:00 Uhr in Mendig**, Restaurant Donaulaube, Bachstraße, eine Informationsveranstaltung an. Unter anderem wird Alexander Berger, Vertreter des Vereins Mittelrhein – Marathon, anwesend sein um über aktuelle Entwicklungen rund um die Veranstaltung (z.B. Streckenführung) zu informieren

Außerdem werden Marathonfinisher anwesend sein, die aus ihrem reichen Erfahrungsschatz berichten können. Beim Plaudern aus dem Nähkästchen werden sie sicher den einen oder anderen Trainingstipp verraten.

„Der Weg zum Deutschen Eck ist zwar lang, aber bezwingbar. Mit wenigen Einschränkungen wird jeder die Herausforderung annehmen können. Ab sofort können alle Interessierten unverbindlich an einem Schnuppertraining teilnehmen. Während dieser Orientierungszeit beraten und unterstützen wir die Teilnehmer gerne bei ihrer Entscheidung und den ersten Schritten zum persönlichen Erfolg“, so der Vorsitzende der LG Klaus Jahnz.

„Nach der in den letzten Jahren erfolgreichen Durchführung des Projektes, freuen sich die Betreuer der LG riesig auf den Beginn der neuen Aktion. Wir sind stolz darauf, dass wir so viele erfolgreiche und glückliche (Halb-) Marathonis zum Ziel am Deutschen Eck begleiten konnten“, äußert sich die Trainerin Elisabeth Waldorf erwartungsvoll, und ergänzt: „Es war einfach toll, wie sich die Sportler in der Trainingsgruppe entwickelt haben und wie während dieser Zeit dauerhafte persönliche Freundschaften entstanden sind.“

Horst Minwegen und Sten Dietrich von der Fa. Intersport Krumholz und die LG´ler werden das Leistungspaket vorstellen. Es umfasst u. a.: Trainingsplanung und –betreuung, Wettkampfbegleitung und –planung, Sonderkonditionen für Laufartikel bei Intersport Krumholz Mayen, Laufbandanalyse, Funktionsshirt und die Meldegebühren.

Weitere Informationen und **vorherige Anmeldung** bei:

Stene Dietrich (0170/7919218)

Elisabeth Waldorf (0171/916 2011)

Klaus Jahnz (0175/296 2172) oder per e-Mail: [Klaus@lglachersee.de](mailto:Klaus@lglachersee.de)

#### **Lauftreffzeiten:**

Dienstag 18:30 Uhr: Radweg Mayen, Parkplatz Ostbahnhof/Lichtblitz

Donnerstag 18:30 Uhr: Mendig, Parkplatz an der Tennishalle

Samstag 14:00 Uhr: Klosterparkplatz am Laacher See