

**Wer möchte sich seinen Lauftraum erfüllen?  
Marathonfieber grassiert wieder!**

**„Marathonfieber Krumholz“ Informationsveranstaltung  
zur Vorbereitung auf einen (Halb-) Marathon“**



Seid ihr Hobbyläufer und wollt euch endlich den Traum vom ersten Marathon oder Halbmarathon erfüllen? Dann nichts wie los! Wie in den letzten zehn Jahren betreut die LG Laacher See in Zusammenarbeit mit **Intersport Krumholz** die Trainingsgruppe Mendig-Mayen. Interessierte Sportler aus der Region werden so gezielt auf ihr großes Ziel vorbereitet. Willkommen sind alle Läufer, die zum ersten Mal einen (Halb)Marathon anstreben. Aber auch solche, die ihre bisherigen Leistungen über diese Distanzen verbessern möchten. Trainingsschwerpunkte werden unter anderem der Bonn Marathon, Lohners Vulkan-Marathon, Mainz Marathon, Hunsrück-Marathon und weitere Herbstveranstaltungen. Für Oktober 2017 ist u.a. auch eine Fahrt zur Teilnahme beim Lübecker Marathon angedacht.

Um Laufinteressierte darauf vorzubereiten was sie erwartet und wie sie erfolgreich das Ziel erreichen, bietet die LG Laacher See am **04.01.2017 um 19:00 Uhr**, in 56743 Mendig, Ratsstuben, eine Informationsveranstaltung an.

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

„Es gilt nach wie vor, wer bei uns mitgemacht hat, der hat beim (Halb)Marathon das Ziel gesehen“, so der Vorsitzende der LG Klaus Jahnz. Jahnz selbst hat bereits 138 Mal das Marathonziel erreicht.

Alle Interessierten können ab sofort unverbindlich an einem vierwöchigen Schnuppertraining teilnehmen. „Während dieser Orientierungszeit beraten und unterstützen wir die Teilnehmer gerne bei ihrer Entscheidung und den ersten Schritten zum persönlichen Erfolg“, so Kalle Schuster einer der LG Laufbetreuer.



„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 begleiten konnten“, äußert sich die Trainerin Anja Schweitzer erwartungsvoll, und ergänzt: „Es war einfach toll, wie sich die Sportler in den Trainingsgruppen entwickelt haben und wie während dieser Zeit dauerhafte persönliche Freundschaften entstanden sind.“

Die LG'ler werden das Leistungspaket vorstellen. Es umfasst u. a.: Trainingsplanung und Trainingsbetreuung, Wettkampfbegleitung und Wettkampfplanung, Sonderkonditionen für Laufartikel bei Intersport Krumholz Mayen, Laktattest und vieles mehr. „Einfach vorbeikommen, sich unverbindlich informieren und damit dem Traum einen Schritt näher kommen“, rät Laufbetreuer Peter Schlich.

Für weitere Informationen und Rückfragen steht Klaus Jahnz (02651)76907 oder (0175/296 2172) gerne zur Verfügung. Damit eine gute Vorbereitung möglich ist, bittet die LG um eine telefonische oder schriftliche Voranmeldung unter e-Mail: [Klaus@lqlaachersee.de](mailto:Klaus@lqlaachersee.de)

**Bild 1:** Ein Teil der erfolgreichen Teilnehmer der Trainingsgruppe vor dem Bonn (Halb)Marathon

**Bild 2:** Die LG'ler sind bereit für den Bremen (Halb)Marathon