

**Das Marathonfieber grassiert wieder – „Marathonfieber Krumholz“.
Wer möchte sich 2019 seinen Lauftraum erfüllen.
Informationsveranstaltung zur Vorbereitung auf einen (Halb-) Marathon“.**

Seid ihr Hobbyläufer und wollt euch den Traum vom 1. Marathon oder Halbmarathon erfüllen? Dann nichts wie los! Wie in den letzten Jahren betreut die LG Laacher See in Zusammenarbeit mit **Intersport Krumholz** interessierte Sportler aus der Region. 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 und weitere Herbstveranstaltungen sein. Für Oktober 2019 ist u.a. eine Fahrt zur Teilnahme beim Bottwartal-Marathon angedacht. Zusätzlich werden dort die Wettbewerbe Halbmarathon und 10 km für Läufer und Walker angeboten.

Ein Teil der erfolgreichen Teilnehmer der Trainingsgruppe (Halb)Marathon mit Medaillen und Finisher Shirt vom Bonn Marathon – ein Lauftraum ging in Erfüllung



Um die Sportler darauf vorzubereiten, was sie erwartet und wie sie erfolgreich das Ziel erreichen, bietet die LG Laacher See am **04.01.2019 um 19:00 Uhr**, in 56743 Mendig 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, wird es beim (Halb)Marathon ins Ziel schaffen“, so der Vorsitzende der LG Klaus Jahnz. Jahnz selbst hat bereits 150 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 Anja Schweitzer, eine 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 Trainer Thomas Kahl 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.“

Das Leistungspaket umfasst u. a.: Trainingsplanung und Trainingsbetreuung, Wettkampfbegleitung und -planung, Sonderkonditionen für Laufartikel bei Intersport Krumholz Mayen und vieles mehr.

„Einfach vorbeikommen, sich unverbindlich informieren und damit dem Traum einen Schritt näher kommen“, rät Laufbetreuerin Nicole Frantzen.

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