



Helmstedter LAUF-TREFF

Termine 2013



07. 04.	Sonntag 10.00 Uhr	„run up“; Eröffnung der Lauf- und Walkingsaison bundesweite Aktion des Deutschen Leichtathletikverbands (DLV) jeder Teilnehmer erhält einen „Trimm-Taler“!
16. 06.	Sonntag 10.00 Uhr	Laufabzeichenabnahme! <u>120 min Laufen ab 9.30 Uhr;</u> alle anderen Stufen ab 10 Uhr Kleingeld bereit halten!
22.06.	Samstag 9.00 Uhr	Grenzland-Lauf; Gesamtstrecke 44 km Etappenlauf von Niederndodeleben nach Helmstedt (gemütlicher Jogging-Lauf mit mehreren Pausen; Etappenlänge jeweils 4 – 7 km; jederzeit Ein- und Ausstieg möglich)
23.06.	Sonntag 10.00 Uhr	Walkingabzeichenabnahme! <u>120 min Laufen ab 9.00 Uhr;</u> alle anderen Stufen ab 10 Uhr Kleingeld bereit halten!
22. 09.	Sonntag 10.00 Uhr	„Lauf durch die Börde“, Niederndodeleben (1 km, 6 km, 10 km, Walking), Ausschreibungen und Meldungen über die Gruppenleiter
10. 11.	Sonntag 10.00 Uhr	25-jähriger LAUF-TREFF Geburtstag nach dem gewohnten Lauftreff wird noch gefeiert (mit selbst mitgebrachten Speisen und Getränken)
31. 12.	Dienstag 14.00 Uhr	Silvesterlauf gemütliches Beisammensein nach dem gewohnten Lauftreff (wie jedes Jahr)

Laufen macht Freude !

Fragen beantwortet Ihnen jederzeit der **verantwortliche Leiter**,
Wolfgang Henze, Heinrich-von-Kleist-Weg 1, 38350 Helmstedt,
Telefon: (05351) 37689 oder E-mail: henze-helmstedt@t-online.de .

Homepage: <http://lauftreff.jimdo.com>

Homepage: <http://lauftreff.jimdo.com/>

Gruppenleiter beim LAUF-TREFF

Die folgenden Läuferinnen und Läufer betreuen Sie sonntags beim LAUF-TREFF.

Sie tun dies ehrenamtlich und unentgeltlich aus Lust und Freude am Laufen.

1.	Helga van Dijk	Laufen, 4-er Gruppe
2.	Carola Grund	Laufen, 7-er Gruppe
3.	Willi Henkel	Laufen, 9-er Gruppe
4.	Susanne Henze	Laufen, 4-er Gruppe
5.	Wolfgang Henze	Gesamtleitung
6.	Thomas Karbowiak	Laufen, 10-er Gruppe
7.	Siegfried Piecha	Laufen, 8-er Gruppe
8.	Günther Thomas	Laufen, 5-er Gruppe
9.	Gabriele Worlich	Laufen, 6-er Gruppe
10.	Christiane Bohnstedt	Nordic Walking
11.	Susanne Heuer	Nordic Walking
12.	Ute Piecha	Walking
13.	Rosi Pieper	Walking
14.	Gabriele Windolph	Walking



*Fisch schwimmt, Vogel fliegt, Mensch läuft !
(Emil Zatopek)*