

Pressebericht im Gränzbote
Datum: 15.11.2012



Stirnlampenlauf am 23. November

TUTTLINGEN (hkb) - Das Organisationskomitee von run & fun hat jetzt eine Akademie für Laufanfänger und Fortgeschrittene ins Leben gerufen. Für den Lauf-Boom im Landkreis Tuttlingen ist nicht zuletzt run & fun mitverantwortlich und dem will man Rechnung tragen.

Diese Läuferakademie bietet in der Saison 2012/13 in Seminaren allen Läufern und Laufanfängern die Möglichkeit, im Austausch mit Spitzenathleten und Experten aus dem Laufbereich, wie Mediziner, Trainern und Psychologen, qualifizierte Antworten auf Fragen zu bekommen. Darüber hinaus gibt es auch jede Menge Tipps und Kniffe für das tägliche Laufen.

Dazu zählt zum diesjährigen Saisonabschluss der erste Tuttlinger Stirnlampenlauf für Läufer und Walker am Freitag, 23. November, um 18.30 Uhr. Start und Ziel ist bei Mutpol in Tuttlingen, Im Steinigental 10. Die Laufstrecke von circa acht Kilometern führt von Mutpol über die Rußbergstraße an der Bahnstrecke entlang nach Nendingen. Von dort über den Gollhof nach Tuttlingen zurück und endet wieder bei Mutpol. Bei Kilometer vier ist ein Verpflegungsstand für die Teilnehmer aufgebaut. Nach dem Zieleinlauf gibt es für jeden Teilnehmer eine Suppe und etwas zu trinken.

Eine Stirnlampe ist für alle Teilnehmer Pflicht (gibt es in Sportgeschäften), ansonsten gelten die Teilnahmebedingungen von run und fun. Für Verpflegung wird ein Unkostenbeitrag von fünf Euro fällig. Anmeldungen sind bis 18. November unter Testlauf@runundfun.de, möglich.