

# Laufen

**Treffpunkt: Sportplatz Bellenweg, Krefeld-Forstwald**

**Termin: Dienstag 17.30 Uhr**

**Dauer: ca. 1 Stunde sportliche Belastung**

---

Hallo liebe Laufbegeisterte,

hier erfahren Sie alles zu unserer Laufgruppe. Trainingszeiten, Wettkämpfe und andere Events oder Veranstaltungen. Unter fachkundiger Leitung der Übungsleiter können hier Anfänger, aber auch bereits fortgeschrittene Läufer, wichtige Laufgrundlagen erfahren und ihre Ausdauerleistung verbessern. Wenn Sie Fragen haben sollten, können Sie mich gerne anrufen oder mir eine Email senden. Telefonnummer und Email-Adresse finden Sie am Ende dieser Seite.

**Ihre Gerda Michels**

**Die Gruppenleiter des Lauftreffs im Forstwald:**



**Gerda Michels**



**Gabi Ruppert**



**Petra Krumscheid**



**Harald Küppers**



**Annette Kaulitzky**



**Lydia Pasch**

[Gerda Michels](#) Tel. 02156 - 1003 / Fax: 02156 – 49 13 342