

Laufen und Walken fürs DLV-Abzeichen

Laufsport. Zur dritten DLV-Lauf- und (Nordic-)Walking-Abzeichen-Aktion lädt am Mittwoch die Laufgruppe des SV Hanse-Klinikum Stralsund ein.

Ziel dieser Veranstaltung ist es, die eigene Fitness zu testen. Der Deutsche Leichtathletik-Verband hat für diesen Ausdauer-Test mehrere Stufen vorgesehen, damit so-

wohl Anfänger als auch trainierte Freizeitsportler ausgelastet sind. Für bereits 15 Minuten Laufen ohne Pause gibt es die Stufe 1 des DLV-Abzeichens.

Anmeldungen sind ab 18.30 Uhr möglich, der Start erfolgt um 19 Uhr auf der Luxemburg-Sportanlage in Knieper West I. Umkleidemöglichkeiten sind vor Ort vorhanden.

Quelle: Ostsee-Zeitung Ausgabe Stralsund vom 22.06.2009