

Nordic-Walking Termine im tvk

Sondertermine und Aktivitäten bis Oktober 2011

Wir trauen uns: Neu in diesem Jahr!

Freitagstraining: Jede erste Stunde im Monat „Techniktraining“ mit Übungen.

Sonntagstraining: Jeden ersten Sonntag im Monat (ab Februar) werden wir uns in ein anderes nahegelegenes Laufgebiet aufmachen! Daher treffen wir uns schon um 8.15Uhr an der Halle, um dann mit den Autos das neue Areal anzufahren. Rückkunft ist wie gehabt um 10.00Uhr an der Halle.

Januar

02.01. Sonntag: (Am 2. 1. ist das traditionelle Schweine "essen" des **tvk- deshalb Treff 08:30 Uhr**

06.01. Donnerstag: Probelauf in Staffelstein, 14.00Uhr Aqua Riese

Treffpunkt an der **Halle um 13.30Uhr**, Kurzstrecke 14km

09.01.Sonntag: Neujahrsbrunch ab 10.00Uhr im tvk

Wir treffen uns nach dem Laufen zum gemütlichen Frühstücksbrunch in der Kurt-Heller-Halle. Wer kommt, wer bringt was mit? Bitte melden!

Februar März April

Denkt bitte jeweils an den 1. Sonntag 08:15 Uhr ... sonst sind wir weg!

09.04. „Läufergottesdienst“ in Vierzehnheiligen um 17.00Uhr- wir werden gemeinsam hinfahren, da ich auch die Startnummern holen muss. Genaueres wenn die Zeit „reif“ ist!

10.04. Obermain Marathon- Infos bekommt Ihr noch zu den Probelläufen und dem Lauftag!

Anmeldung über den Verein bei Mitgliedern bis ca. Mitte März! Teilnahmemeldungen bitte verbindlich bei mir : Christina 29258

16.04. Samstag: Stocktraining 14.00Uhr tvk

Vereinsmitglieder zahlen nichts, Freunde und Interessierte 5 Euro.

Betreut werdet Ihr von Walter, Kerstin und Christina

Mai

29.05. Sonntag: Ausflugstag 8.30Uhr tvk-Halle

Unter der Führung von Uli und Andrea erkunden wir den Weisbachsgrund und seine Umgebung bei Tiefenlauter. Anschließend Essen in Neukirchen im Gasthof Raab.

Anmeldung ist bei Christina bis 19.06.2011 erforderlich.

Juni

05.06. Sonntag : Treffpunkt 8.15 Uhr tvk anschließend kleines Bratwurstfrühstück auf Wunsch einiger „Nichtgriller“!

19.06. Sonntag : Ausflugstag 8.30Uhr tvk

Heute begeben wir uns auf den Coburger Rundwanderweg. Walter wird uns ca. auf die Hälfte der Strecke führen. Wo? Wie? Wer? Was? ... Informationen liefert Walter!

Anmeldung ist bei Walter bis 10.06.2011 erforderlich.

25.06. Samstag: Run und Bike - Lauf in Scheuerfeld .. Infos bei Kerstin

Juli

02.07. Samstag : Stocktraining 14.00Uhr tvk

17.07. Sonntag : Lauf „Lange Berge“ – Info bei Kerstin

Oktober

16.10. Sonntag : Saisonabschlussausflug – „Göllertour“ mit Gisela

Bitte bis 03.10. bei Christina verbindlich anmelden (wegen Sitzplatzreservierung im Lokal)

30.10. Sonntag : Honda Berglauf in Höhn – Infos bei Kerstin

Wir bilden immer Fahrgemeinschaften

Wir freuen uns auf viele Mitw Walker beim **tvk „Walk and Talk“**

Walter 10197 - Kerstin 33882 - Christina29258