



11. Deutsch-Niederländische



Winterlaufserie 2019/20

... Running without borders...!

Unter diesem Motto werden an fünf Terminen verschiedene Distanzen von ca. 5 bis 12 Kilometern sowie Halbmarathon-Strecken (ca. 21 km) angeboten. **Ohne Zeitnahme** werden die Distanzen gemeinsam in verschiedenen Tempogruppen gelaufen bzw. gewalkt. Umkleide- und Duschmöglichkeiten stehen bei jedem Lauf zur Verfügung. Im Anschluß besteht die Möglichkeit, im **Runners Cafe** in gemütlicher Atmosphäre weitere Erfahrungen zum Laufsport auszutauschen. Eine Voranmeldung ist nicht erforderlich.



24. 11. 2019 – Veldhausen – Vereinsheim am Sportplatz

10:00 UHR - 6 km / 10 km // 6 km Nordic Walking

9:00 UHR – Halbmarathon, ca 21 km

Info: Lydia Hans, E-Mail: lydia.hans.veldhausen@web.de, Tel.: 05941/5604



15. 12. 2019 – Coevorden, Schwimmbad „de Swanenburg“, de Pampert

10:00 UHR – 7 km / 10 km / 7 km Nordic Walking

09:00 UHR - 21 km

Info: Eefje Kroesen, E-Mail: e.m.kroesen@gmail.com, (0031)642666755



12. 01. 2020 – Uelsen – Mensa am Schulzentrum

10:00 UHR - 6 km / 10 km / 7,5 km Nordic Walking

9:00 UHR – 20 km durchs Uelser Land – Landschaftslauf

Info: Gebhard van Wieren, E-Mail: mail@vanwieren.de, Tel.: 05942/2224



09. 02. 2020 – Emlichheim - Sporthalle am Lügen Diek

10:00 UHR - 6 km / 10 km // 7 km Nordic walking

9:00 UHR – Halbmarathon: Emlichheimer Runde

Info: Arend Brink, E-Mail: arend.brink@ewetel.net, Tel.: 05943/1872



07. 03. 2020 – Schoonebeek – Vereinsheim SVV'04

15:00 UHR – 6 km / 10 km // 6 km Nordic Walking

Info: Harrie Kramer, E-Mail: harrie.kramer@planet.nl, (0031)682008269

Die Veranstaltungen finden bei jeder Witterung statt – Teilnahme auf eigene Gefahr – Startgeld 3€ je Lauf (1 € für wohltätige Zwecke)