



Lauf- und Walkingtreff

Hier läuft's!

Starte fit in den Frühling!

Der Lauf- und Walkingtreff des **TuS Wadersloh** bietet ab Februar/März wieder einen **Grund- und Aufbaukurs** für alle Fitness-Begeisterten – ob Neulinge, Wiedereinsteiger oder erfahrene Walker/Läufer. Gemeinsam ankommen, gemeinsam sportlich bleiben!

* Gemeinsam läuft's besser!

Egal ob du neu starten möchtest oder wieder einsteigen willst – unser Lauf- und Walkingtreff hilft dir, deine Ziele zu erreichen und fit in den Frühling zu starten.

Was bieten wir?

- Grund- und Aufbaukurs für Laufen & Walken
- Trainingsablauf und Inhalte erklärt im Infoabend
- Gruppentraining für alle Leistungsstufen
- Motivation & Spaß in der Gemeinschaft

Treffpunkt & Training

- Sportheim des TuS Wadersloh
- Winkelstraße 17, 59329 Wadersloh



⌚ Wann & Wo?

Start & Auftakt: Infoabend & Auftaktveranstaltung

⌚ Mittwoch, 18. Februar 2026 um 19 Uhr
➤ Sportheim des TuS Wadersloh,
Winkelstraße 17, 59329 Wadersloh
Weitere Trainingszeiten werden vor Ort
bekanntgegeben.

Kosten

Der Kursbeitrag beträgt **50,- €** (inkl. Funktionsshirt). Für Teilnehmer und Teilnehmerinnen, die Mitglied im TuS Wadersloh sind, entfällt die Kursgebühr.

📞 **Kontakt & Ansprechpartner – Lauf- und Walkingtreff**
Für Fragen, Infos und Anmeldung erreichst du unser Team:

Lauf-Training Ansprechpartnerin:

➤ **Claudia Sisenop**
➤ Tel.: 0170 / 2749417
➤ E-Mail: claudia@sisenop.com

Walking-Training Ansprechpartner:

➤ **Ludger Viertler**
➤ Tel.: 0160 / 2919432
➤ E-Mail: lknuewe@aol.com