

Fit für den Altstadtlauf?

Kempen (red). Auch in diesem Jahr bietet der Kempener Turnverein ab dem 1. April einen Vorbereitungskurs für den Altstadtlauf in Kempen an. Hier werden Anfänger wie auch Laufbegeisterte in zehn gemeinsamen Trainingseinheiten jeweils freitags ab 18.30 Uhr auf dem Ludwig-Jahn-Platz ganz individuell

auf die anstehenden Läufe (5 km oder 10 km) vorbereitet. Außerdem werden Trainingspläne für die gesamte Vorbereitungszeit zur Verfügung gestellt. Weitere Auskünfte beim Trainer Thomas Brux (Tel. 02152/3028), in der Geschäftsstelle unter Tel. 02152/4033 oder im Internet unter www.kempener-tv.de.



Für den Altstadtlauf am Sonntag, 12. Juni, sollte man spätestens jetzt mit der Vorbereitung beginnen.

Foto: Kempener Turnverein