

TSV Wemding / LG Märchenwald

Gundelfinger Stadtlauf

Peter Novak, Arnold Fischer und Martin Färber starteten am Samstag den 28.05.16 beim Gundelfinger Nordschwaben Lauf. Die 3.3km lange, eckige Strecke durch die schöne Innenstadt musste 3mal gelaufen werden. Mit den warmen äußeren Bedingungen kamen alle 3 Läufer sehr gut zurecht und blieben unter 42min. Sie waren damit unter den 25 schnellsten Läufern dieses Laufes. Arnold gewann mit einer erreichten Zeit von 41min seine Altersklasse M55.

Lauf10!

5 Wochen Training sind seit dem Start des Laufprogrammes Lauf10! für die Läuferinnen und Läufer inzwischen vergangen. Es sind immer noch Alle mit Freude dabei und walken/laufen eingeteilt in 3 Leistungsgruppen beim gemeinsamen Lauftreff am Mittwoch und Samstag. Sichtlich begeistert sind Alle von den erzielten Fortschritten und nutzen dies als Motivation weiter am Ball zu bleiben. Langsam laufen die Planungen für die Abschlussveranstaltung des Lauf10! Programmes in der 10ten Trainingswoche in Markt Wolznach. Hier wird man am Freitag den 08.07.16 gemeinsam mit einem Bus anreisen und mit eigenen Lauf10! T-Shirts an den Start gehen. Das alle Wemdinger Läufer die 10km sehr gut bewältigen werden, darin sind sich alle Trainer der LG Märchenwald jetzt schon einig.

Foto: Lauf10! Gruppe beim gemeinsamen Aufwärmen