

Neues Angebot von Bönen Lauffreunden

Bönen – Ein bisschen Sport muss sein, sagen nicht nur Ärzte, sondern auch die Lauffreunde. Die wenden sich mit ihrem neuen Angebot an alle, die wenig Zeit haben oder sich aus anderen Gründen nicht gut aufraffen können. Angesprochen dürfen sich vom neuen „Mit-Freude-Fit-Zirkel“ aber auch alle, die sich ein kostengünstiges und unkompliziertes Sportangebot wünschen.

Mit dem Programm wollten die Lauffreunde ursprünglich vor allem ihren Mitgliedern, die verletzungs-, alters- oder krankheitsbedingt am bewährten Zirkeltraining mit Koordinationsübungen nicht teilnehmen können, eine Alternative bieten. „Dann haben wir gemerkt, dass sich davon auch Sportanfänger angesprochen fühlen“, freut sich Carola Schiller, die das Training übernimmt. Sie hatte schon während ihrer Trainerscheinausbildung im Austausch mit anderen Sportlern festgestellt, dass so ein Angebot fehlt. „Wir haben vereinsübergreifend einen Plan aufgestellt, ausprobiert, in Teilen sogar Vertretern des Kreissportbundes im Rahmen einer Prüfung vorgestellt und ein Lob einkassiert.“

Jetzt startet das Programm in Bönen und zwar donnerstags (18 Uhr) in der Sporthalle an der Humboldt Realschule. Eine Anmeldung zum Probetraining ist nicht erforderlich. Wer Interesse hat, kann gerne donnerstags vorbeischaun oder meldet sich bei carola.schiller@lauffreundeboenen.de WA