



Änderungen beim Rotenburger Stützpunkt für den Kassel-Marathon!

Der Trainingsstützpunkt Rotenburg, der vom LC Marathon Rotenburg organisiert wird, nimmt am Dienstag, den 10. April, wieder seinen Betrieb auf.

Wie schon in den Vorjahren kann man dort kostenlos für den Kassel-Marathon Mitte September trainieren.

Aber auch wer andere Laufziele wie z. B. den Rotenburger Strandfestlauf am 29. Juni hat, kann mitmachen.

Eine Vereinszugehörigkeit ist nicht erforderlich.

Neu ist der Treffpunkt: Auf dem Parkplatz der Grundschule in Rotenburg beim Hallenbad.

Interessierte Läufer, die bereits mindestens 30 Minuten ohne Pause laufen können, haben hier die Möglichkeit, jeden Dienstag ab 18 Uhr am Training teilzunehmen. Auch in den Sommerferien laufen die Angebote weiter.

Erfahrene Trainer des Vereins kümmern sich um die Läufer, die in verschiedenen Tempogruppen über längere Distanzen unterwegs sind und für den halben oder ganzen Marathon trainieren.

Aber auch Walker oder Läufer, die für kürzere Strecken trainieren wollen, sind herzlich willkommen. Sie bekommen dort von den Trainern Vorgaben für ihr Training und können so ihre Leistungsfähigkeit allmählich verbessern. Denn auch für sie gibt es beim Kassel-Marathon spezielle Angebote.

Ein großes Ereignis ist auch jedes Jahr der Mini-Marathon über 4,2 Kilometer mit mehreren Tausend Schülern in Kassel mit dem Zieleinlauf im Auestadion.

Auch hierfür wird es eine spezielle Trainingsgruppe für Kinder ab neun Jahren geben.

Bei dem ersten Termin werden weitere Infos gegeben, bevor es dann aber auch gleich mit dem Lauftraining losgeht. Bitte an das Wetter angepasste Kleidung mitbringen.