Das erste Mal am Swisslauftreff Rotsee  
  
Sehr schön. Wir freuen uns immer wieder neue Gesichter kennen zu lernen und mit dir den Lauf/Walkingsport auszuüben.   
Für das erste Mal musst du dich nicht an-oder abmelden. Sei einfach so um 18.50 Uhr beim Ruderzentrum, da können wir schauen in welcher Gruppe du laufen/walken möchtest, falls du dir nicht sicher bist.  
  
Wir haben zu Beginn eine Begrüssung mit allen. Da werden allgemeine Infos mitgeteilt und jede/r Leiter/in stellt die Route vor, die er/sie heute joggen oder walken will.  
Du kannst dann jeden Montag frei wählen, in welcher Gruppe du mit willst.   
  
Das Ziel ist es, dass du dich in einer Gruppe wohl fühlst, Interessantes über den Laufsport/Walkingsport erfährst und dass du Spass hast. Das hilft für Körper und Geist.

Bis bald und bei Fragen schreibe ruhig ein E-Mail an: simon.bannwart(at)bluewin.ch