

Der Lauftreff
des SV Herbern
bietet an:

Laufeinsteigerkurs
ab 19.03.2026

Von 0 auf 30 Minuten laufen



Kursbeginn:
Donnerstag, 19.03.2026, 18:00 Uhr

Kurstage:
Dienstag, Donnerstag, Sonntag
verpasste Einheiten können gem.
Trainingsplan nachgeholt werden.

Dauer:
7 Wochen

Treffpunkt:
Autobahnbrücke Altenhammstr.

Nach einer Trainingszeit von ca. 7 Wochen werden die Teilnehmenden in der Lage sein, Laufphasen von 30 Minuten verbunden mit wunderschönen Lauferlebnissen in dem näheren und weiteren Umfeld des Schlosses Westerwinkel zu genießen.

Mit dem erfolgreichen Abschluss des Kurses wird das DLV-Laufabzeichen Stufe 2 verliehen.

Kontakt über: svh-herbern.de/laufen