

# Presseinformation

35. STADTWERKE LEIPZIG MARATHON

06.10.2010



## „Laufend FIT!“ – Laufseminar zum STADTWERKE LEIPZIG MARATHON geht in die nächste Runde

Mit Blick auf den 35. STADTWERKE LEIPZIG MARATHON am 17. April 2011 veranstaltet der StadtSportbund Leipzig e.V. auch in diesem Jahr einen wöchentlichen Lauftreff. Dafür konnten wieder der Lauftrainer und Leistungsdiagnostiker Frank Hennig, der Leipziger Laufladen und der SC DHfK Leipzig als Partner gewonnen werden. Den Auftakt der diesjährigen Aktion bildet eine Informationsveranstaltung am Donnerstag, den 18. November auf der Neuen Messe Leipzig. Dort erhalten die Teilnehmer Trainingspläne entsprechend ihrer sportlichen Voraussetzungen sowie Expertentipps u.a. zu trainingsmethodischen Grundlagen, Ernährungsfragen, Laufschuhen und Bekleidung.

Ab Dezember finden dann fast fünf Monate lang immer donnerstags wöchentliche Lauftreffs unter der Anleitung von erfahrenen Lauftrainern statt. Seminarleiter Frank Hennig coacht übrigens auch die beiden Sieger des diesjährigen LEIPZIG MARATHONS. Trainiert wird in unterschiedlichen Leistungsgruppen, so dass sich Laufanfänger aber auch passionierte Läufer optimal auf die Laufsaison 2011 vorbereiten können.

Die Kosten für das Laufseminar betragen 60,- € und beinhalten die Teilnahme am Einführungsseminar, an den wöchentlichen Lauftreffs mit professioneller Betreuung, ein limitiertes Funktions-Shirt und, sofern gewünscht, den Start beim 35. STADTWERKE LEIPZIG MARATHON auf einer der ausgeschriebenen Strecken.

„Das Laufseminar ist seit Jahren ein wichtiges begleitendes Angebot in Hinblick auf den Marathon. In den letzten Jahren war es immer ausgebucht und hat hunderten Laufanfängern aber auch erfahrenen Läufern bei der Vorbereitung auf Laufveranstaltungen geholfen“, so Michael Mamzed, Geschäftsführer des StadtSportbundes Leipzig. Ergänzend fügt er hinzu: „Genauso wie wir ständig bestrebt sind, die Qualität des STADTWERKE LEIP-

### Pressestelle:

SachsenSportMarketing GmbH  
Stefan Friedrich  
Ferdinand-Lassalle-Str. 12  
04109 Leipzig  
Tel.: 0341-30895016  
Fax.: 0341-30895022  
E-Mail: sf@sachssportmarketing.de

### Veranstalter:

StadtSportbund Leipzig e.V.

### Organisation:

Leipzig Marathon e.V.  
EVENT PARK GmbH & Co. KG  
Geschäftsbereich EmiR Entertainment

# Presseinformation

35. STADTWERKE LEIPZIG MARATHON

06.10.2010



ZIG MARATHONS zu verbessern, entwickeln wir auch das Laufseminar im Sinne der Teilnehmer ständig weiter.“

Welche Neuerungen bei der diesjährigen Veranstaltungsreihe zu erwarten sind, erklärt Peter Schütze vom Stadtsportbund Leipzig, der sportliche Leiter des STADTWERKE LEIPZIG MARATHONS: „In diesem Jahr beziehen wir zusätzliche Trainer ein, die sich ausschließlich um die Erwärmung und die Dehnübungen vor bzw. nach den Einheiten kümmern. Darüber hinaus wurde dem Laufseminar das Qualitätssiegel „Sport PRO Gesundheit“ des Deutschen Olympischen Sportbundes zuerkannt. Somit kann es von den Krankenkassen als Präventionskurs anerkannt werden.“

Das Anmeldeformular und weitere Informationen zum Kurs, der am 18. November startet und am 14. April endet, findet man auf der Website [www.leipzigmarathon.de](http://www.leipzigmarathon.de). Anmeldungen sind auch beim Stadtsportbund Leipzig (Goyastraße 2d) und beim Leipziger Laufklub (Brühlarkaden) möglich.

**Pressestelle:**

SachsenSportMarketing GmbH  
Stefan Friedrich  
Ferdinand-Lassalle-Str. 12  
04109 Leipzig  
Tel.: 0341-30895016  
Fax.: 0341-30895022  
E-Mail: [sf@sachssportmarketing.de](mailto:sf@sachssportmarketing.de)

**Veranstalter:**

Stadtsportbund Leipzig e.V.

**Organisation:**

Leipzig Marathon e.V.  
EVENT PARK GmbH & Co. KG  
Geschäftsbereich EmiR Entertainment