

Presseinformation

38. STADTWERKE LEIPZIG MARATHON

15.10.2013



Jubiläum beim Leipziger Laufseminar – Andrang ist ungebrochen

Am 28. November startet der Stadtsportbund Leipzig die mittlerweile zehnte Auflage des Laufseminars „Laufend fit! – Gezieltes Herz-Kreislauftraining“. Es ist vor allem an Laufanfänger und Wiedereinsteiger, aber auch an Fortgeschrittene und ambitionierte Läufer gerichtet.

Nachdem die Anmeldung am Montag frei geschaltet wurde, haben sich binnen 24 Stunden bereits rund 150 Teilnehmer angemeldet. Damit ist die Gesamtkapazität von 300 Personen schon zur Hälfte erschöpft. Wer sich also auf die Laufsaison 2014 gezielt und unter Anleitung erfahrener Laufbetreuer vorbereiten möchte, sollte sich schnellstmöglich beim Stadtsportbund Leipzig, dem Veranstalter des STADTWERKE LEIPZIG MARATHONS, anmelden. Das Anmeldeformular ist auf der Homepage www.leipzigmarathon.de hinterlegt oder kann telefonisch beim Stadtsportbund Leipzig (0341-3089460) angefordert werden.

Die Kosten für das Laufseminar betragen 60,- Euro und beinhalten die Teilnahme am Einführungsseminar, an den wöchentlichen Lauffreize, ein limitiertes Laufaccessoire und, sofern gewünscht, den Start beim 38. STADTWERKE LEIPZIG MARATHON am 13. April 2014 auf einer der ausgeschriebenen Strecken. Das Laufseminar trägt das Gütesiegel „Sport pro Gesundheit“ des Landessportbundes Sachsen. Mit dieser Zertifizierung können die Kosten des Seminars durch die Krankenkassen ganz oder teilweise erstattet werden. Interessenten sollten sich bei ihrer Krankenkasse erkundigen.

Nach der Eröffnungsveranstaltung am 28. November finden ab 5. Dezember über einen Zeitraum von fast fünf Monaten wöchentliche Lauffreize statt, bei denen die Teilnehmer in verschiedenen Leistungsgruppen von einem Dutzend Lauftrainern betreut werden. „Zwei unserer Betreuer sind eigens dafür abgestellt, um mit den Seminarteilnehmern zu Beginn

Pressestelle:

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

Veranstalter:

Stadtsportbund Leipzig e.V.

Organisation:

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

Alles Wissenswerte zum Lauf unter: www.leipzigmarathon.de und www.facebook.com/Leipzig.Marathon

Presseinformation

38. STADTWERKE LEIPZIG MARATHON

15.10.2013



und am Ende der Trainingseinheiten Erwärmung, Gymnastik und Dehnung durchzuführen“, so Peter Schütze vom Stadtsportbund Leipzig. Die sportliche Leitung des Laufseminars liegt in den Händen von Frank Hennig, dem erfolgreichen Laufcoach des diesjährigen Leipziger Marathonsiegers Jakob Stiller.

Neben den wöchentlichen Lauftreffs können sich die Teilnehmer auch auf einige Sonderveranstaltungen freuen. So runden ein Vortrag zur Ernährung, ein Testtag für Schuhe und Laufequipment und eine „Ladies Night“ im Leipziger Laufladen das Angebot ab.

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

Veranstalter:
Stadtsportbund Leipzig e.V.

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