

Anmeldung

zum **Laufanfänger-Training** der LG Oerlinghausen:



Vorname

Nachname

Geb.-Datum

Straße, Hausnummer

Postleitzahl Wohnort

Telefon

E-Mail

Ich habe die umseitigen Haftungsbedingungen der LG Oerlinghausen gelesen und erkenne Diese hiermit an:

Datum Unterschrift

Bitte bringen Sie diese ausgefüllte Anmeldung zu Beginn des Laufanfänger-Trainings mit und geben Sie sie bei uns ab oder senden Sie sie per Post in einem ausreichend frankierten Briefumschlag an: **Herrn Rolf Brüntrup, Untere Reihe 22, 33813 Oerlinghausen.**

Lauf mit uns!

VITALZENTRUM
KÜHLMUSS & GRABBE

Mein Sport. Meine Leistung. Mein Erfolg.
Analysen vom Vitalzentrum Kühlmuss & Grabbe

15% Preisvorteil
auf alle Analysen*



Bikefitting

Leistungsdiagnostik

Laufanalyse

Vitalzentrum Kühlmuss & Grabbe | Bismarckstraße 19 | 32756 Detmold | (05231) 6010061 | v-sport.de

* Nur für Mitglieder
des LG Oerlinghausen

Über uns

Die Lauf Gemeinschaft (LG) Oerlinghausen:

- ist ein Ausdauersportverein für Langstreckenlauf, gegründet 1984.
- hat über 600 Mitglieder – Tendenz steigend
- organisiert 2019 wieder zwei große Laufveranstaltungen in der Bergstadt Oerlinghausen:
Den **Bergstadt-Airfield-Run** am 31. August und den **Weihnachtslauf Lipperreihe** am 22. Dezember

Unser Lauftreff

- Dienstag: 18:30 Uhr
- Donnerstag: 18:30 Uhr
- Samstag: 16:30 Uhr

am „Jogger's Point“

Am Kalkofen (Parkplatz unterhalb des Freibades),
33813 Oerlinghausen



www.steinboehmer.de

Autohaus
Steinböhmer

Steinböhmer GmbH & Co. KG
Hauptstraße 43
33758 Schloß Holte-Stukenbrock
Tel.: 05207-991660



LG Oerlinghausen

Lauf mit uns...



LAUFANFÄNGER- TRAINING

**VOM 23.04.2019
BIS 11.07.2019**



Lauf mit uns!

Unser Laufanfänger-Training

- gibt es seit mehr als 25 Jahren und hat bereits hunderte Oerlinghauser und Nicht-Oerlinghauser zum Laufen gebracht.
- ist geeignet für Nicht-Sportler*innen, für Quereinsteiger*innen und für Wiedereinsteiger*innen.
- wird von unseren 34 ausgebildeten Laufbetreuer*innen koordiniert und begleitet. Wir kümmern uns um Dich!
- dauert exakt 12 Wochen.
- kostet nur 25 € und dafür bekommst Du bei Abschluss noch ein "Finisher-Shirt".

Voraussetzung:

- Gute Laune, Spaß an der Bewegung und eine gewisse Portion an Eigenmotivation.
- Ab der zweiten Woche empfehlen wir Dir Laufschuhe. Gerne geben wir Tipps für den Kauf.
- Bequeme Kleidung reicht erstmal aus. Laufkleidung kannst Du später noch kaufen – auch in unserem LG-Laufshop.

Anmeldung:

- Anmeldeformular einfach zum ersten Training mitbringen
- Lauf mit uns!

Ziel:

- Eine Stunde am Stück laufen – egal in welchem Tempo! Schaffst Du nicht? Doch, mit 3 x Training pro Woche schaffst Du das garantiert!
- Das „Stundenlaufabzeichen“ absolvieren wir gemeinsam am Donnerstag, 11. Juli.

Treffpunkt:

- Erstes Training ist am Dienstag, 23. April 2019, um 18:00 Uhr am „Jogger's Point“ (siehe Rückseite). Danach immer dienstags, donnerstags und samstags.

Weitere Informationen zum Thema Laufen

- bekommst Du von unserem Lauftreffleiter Mike Baehr bei unserer Info-Veranstaltung am 4. Mai 2019 um 14:00 Uhr in der „Knisperkiste“ (Sporthäuschen „Am Kalkofen“).

Fragen?

- Rolf Brüntrup: 0171.9522453 oder per E-Mail an: rolf.bruentrup@lg-oerlinghausen.de

Probier' es aus!

3 x Training sind kostenlos. Es ist auch möglich, zu einem späteren Zeitpunkt in das Programm „einzusteigen“. Sprechen Sie uns einfach an.

Kontakt:

Bei eventuellen Rückfragen steht Ihnen Herr Rolf Brüntrup per E-Mail zur Verfügung:
rolf.bruentrup@lg-oerlinghausen.de

Impressum:

Rolf Brüntrup, Untere Reihe 22, 33813 Oerlinghausen,
Telefon: +49 171.9522453, rolf.bruentrup@lg-oerlinghausen.de

LEX LAUFEXPERTEN

LAUFLADEN ENDSPURT



Jeder Teilnehmer des LG Laufanfänger-Training erhält einmalig -10% auf unsere nicht reduzierten Waren*.

*Hiervon ausgenommen sind elektrische Artikel und Artikel der Firma ON.

Laufladen Endspurt GmbH

Filiale Detmold

Rosental 5 | 32756 Detmold | Fon 05231-34757

info@laufladen-endspurt.de | www.laufladen-endspurt.de

ACTIVE
SPORTSHOP

**Bielefeld • Gütersloh
Herford • Osnabrück**

Jeder Teilnehmer des LG Laufanfänger-Training erhält einmalig -10% auf unsere nicht reduzierten Waren.

Bielefeld • Niederwall 6 • Telefon 0521.17 11 16
Mo. – Fr. 10–18.30 Uhr, Sa. 10–17 Uhr
www.active-sportshop.de



Laufend gut beraten.

Jeder Teilnehmer des LG Laufanfänger-Training erhält einmalig -10% auf unsere nicht reduzierten Waren.

Münsterstraße 25 | 33330 Gütersloh | Telefon: 05241.4031044
Telefax: 05241.4031045 | info@olafs-laufladen.de | www.olafs-laufladen.de
Mo. – Fr. 9.30 – 19.00 Uhr • Sa. 9.30 – 17.00 Uhr



Haftung

Die Teilnahme am Laufanfänger-Training erfolgt auf eigene Gefahr des Teilnehmers. Die Haftung des Veranstalters bei Sach- und Vermögensschäden beschränkt sich auf Vorsatz und grobe Fahrlässigkeit. Der Veranstalter haftet jedoch nicht für unvorhersehbare bzw. nicht vertragstypische Schäden.

Im Falle der Verletzung des Lebens, des Körpers oder der Gesundheit haftet der Veranstalter im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen. Die Haftungsbeschränkung erstreckt sich auch auf Haftung der Angestellten, Vertreter, Erfüllungsgehilfen und dritter Personen, derer sich der Veranstalter im Zusammenhang mit der Durchführung der Veranstaltung bedient.

Die LG Oerlinghausen behält sich vor bei Notwendigkeit Teilnehmer von der Teilnahme auszuschließen.

Hinweis nach Bundesdatenschutzgesetz

Personenbezogene Daten werden vorläufig vereinsintern gespeichert. Das Hausrecht obliegt der LG Oerlinghausen.

Mit der Anmeldung erteile ich die Einwilligung zur Verbreitung und Veröffentlichung von Bildnissen gem. §§ 22, 23 KunstUrhG und DSGVO. Dies betrifft auch das Recht des Fotografierens und der video-technischen Aufnahmen.

Für andere als private Zwecke ist das Fotografieren und die video-technische Aufzeichnung nur mit Erlaubnis der LG Oerlinghausen gestattet.

Mit meiner Unterschrift erkenne ich die Bedingungen an und bestätige, dass ich mich gesundheitlich in entsprechender Verfassung befinde um am Laufanfänger-Training teilzunehmen.

