



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 über 30 ausgebildeten, erfahrenen Laufbetreuer*innen koordiniert und begleitet. Wir kümmern uns um Dich!
- dauert 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

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 Samstag, 13. November 2021.

Treffpunkt:

- Erstes Laufanfänger-Training ist am Samstag, 21. August 2021, um 16:00 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 unter: 0171-3331926 oder lauftreff@lg-oerlinghausen.de

Fragen zu Werbepartnern und Orga

- direkt an Rolf Brüntrup 0171.9522453 / 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“. Sprich uns einfach an.

Corona: Beim Laufanfänger-Training beachten wir selbstverständlich die aktuellen Abstand- und Hygieneregeln.

Weitere Informationen zu diesem Thema erhaltet Ihr am ersten Trainingsabend.

Impressum:

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



www.steinboehmer.de



Einmal Steinböhmer Service, immer Steinböhmer Service.

Ihr freundlicher und familiärer Servicebetrieb



Hauptstraße 43 · 33758 Schloß Holte-Stukenbrock · Telefon 05207-991 66-0

Lauf-, Wander- und Radreisen Und MEER!



ReiseEcke Bielefeld GmbH
Birgit Brune-Voss

b.brune-voss@reb-reisen.de
Salzuflerstraße 1
33719 Bielefeld
Telefon 0521-944177710

www.reb-reisen.de

VITALZENTRUM
KÜHLMUSS & GRABBE



Mein Sport. Mein Körper. Mein Erfolg.

Analysen vom Vitalzentrum Kühlmuss & Grabbe

15% Preisvorteil
auf alle Analysen*



Laufanalyse · Bikefitting · Leistungsdiagnostik
Vitalzentrum Kühlmuss & Grabbe · Bismarckstr. 19 · 32756 Detmold
05231 - 6010061 · v-sport.de

* Nur für die Mitglieder
des LG Oerlinghausen

ACTIVE
SPORTSHOP

Bielefeld · Gütersloh
Herford · Osnabrück

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

Bielefeld · Niederwall 6 · Telefon 05 21.17 11 16
Mo. – Fr. 10 – 18.30 Uhr, Sa. 10 – 17 Uhr
www.active-sportshop.de



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 videotechnischen Aufnahmen.

Für andere als private Zwecke ist das Fotografieren und die videotechnische 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.



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: **Rolf Brüntrup Untere Reihe 22, 33813 Oerlinghausen.**

Lauf mit uns!



Erhältlich in jedem NETTO-Markt

Prima Menü GmbH
Westring 22-24 · 33818 Leopoldshöhe
Telefon +49 (0)5202 / 99 40 0
E-Mail: info@primamenue.de

Olaf's Laufladen
Laufend gut beraten.

Der neue Brooks Raceret Straßenlaufschuh (ca. 292 Gramm)

ZUM 9. MAL

GANZ VORN!

14 Jahre 1907 - 2021

Münsterstraße 25 | 33100 Geseke | Telefon: 0 52 41 - 403 10 44 | Telefax: 0 52 41 - 403 10 43
info@olafs-laufladen.de | www.olafs-laufladen.de | Mo. - Fr. 10.00 - 19.00 Uhr | Sa. 9.30 - 17.00 Uhr

Über uns

Die Lauf Gemeinschaft (LG) Oerlinghausen:

- ist ein Ausdauersportverein für Langstreckenlauf, gegründet 1984.
- hat über 600 Mitglieder – Tendenz steigend
- organisiert auch dieses Jahr wieder den **Lipperreiherr Weihnachtslauf** am 19. Dezember. Genaue Informationen zum Ablauf werden rechtzeitig bekannt gegeben.

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.lg-oerlinghausen.de

**Der Unfallversicherungs-
schutz für Sportler
von deinem
persönlichen Experten.**



- Abschluss auch bei Vorerkrankungen/ Gebrechen möglich
- persönliche Unterstützung bei der Abwicklung deiner Ansprüche
- Stürze und umknicken gelten als mitversichert
- Körperschäden durch Kraftanstrengung
- Sofortzahlung bei Brüchen

Lippische
Landes-Brandversicherungsanstalt

Vereinsmitglied
Björn Wallbaum
Rathausplatz 5 | 33813 Oerlinghausen
Telefon 05202 9569-0
Mail bjoern.wallbaum@lippische.de

LG Oerlinghausen

Lauf mit uns...



LAUFANFÄNGER- TRAINING

**VOM 21.08.2021
BIS 13.11.2021**

www.lg-oerlinghausen.de

Versicherungsbüro Oerlinghausen