

Downlaufen-Rundbrief Mai 2024 in einfacher Sprache

Termine im Mai:

- 01. Mai: Mittwochrunde
- 05. Mai: Kollaulauf
- 08. Mai: *fällt aus*
- 12. Mai: Allgemeines Training
- 15. Mai: Mittwochrunde
- 19. Mai: Pfingstrunde
- 22. Mai: Mittwochrunde
- 26. Mai: Lauf des FCSP gegen Rechts und allgemeines Training
- 29. Mai: Mittwochrunde

Bitte sag früh ab, wenn du nicht kommen kannst.

Andere Termine:

- 02. Juni: Mitgliederversammlung
- 09. Juni: Bergedorfer City-Lauf (5 km)
- 14. Juni: Steinwiesenlauf (5 km)
- 23. Juni: Downlaufen-Ultramarathonstaffel: Der Grüne Ring an einem Tag
- 01. September: Alsterlauf
- 08. September: Airport Race
- 22. September: Grillen bei Basti

Kollaulauf:

Nächste Woche ist unserer fünfter Kollaulauf. Wir freuen uns über viele Zuschauer und alle helfenden Hände

Das musst du wissen:

Treffpunkt: Brücke an der Kollau. Melde dich, wenn du Hilfe beim Weg brauchst.

Uhrzeit: 14:30 Uhr

Strecke: Jede Runde ist 1,67 km lang

Mitbringen: Bitte zieh dein Downlaufen Shirt an

Beim Kollaulauf geht es nicht darum, schnell zu laufen. Versuche, viele Runden mit verschiedenen Leuten zu laufen. Es geht um den Spaß zusammen

Sankt Pauli Lauf gegen Rechts:

Dabei sein dürfen: Florian Q., Milan, Antonio, Nils, Erik W., Nele

Sag Bescheid, wenn du mitmachen willst!

Das musst du wissen:

Treffpunkt: Schwanenwik, bei der Grillwiese

Anfahrt: Bushaltestelle Graumannsweg. Sag Bescheid, wenn du Hilfe beim Weg brauchst

Uhrzeit: 9:00 Uhr

Start: 10:00 Uhr

Strecke: 7,5 km um die Alster

Mitbringen: Bitte zieh dein Downlaufen Shirt an

Taschenabgabe: Es gibt eine Stelle, wo man die Taschen abgeben kann

Alle, die nicht an der Alster mitlaufen, können nachmittags wie immer zum Training kommen

Personelles:

Am April ist Jessi seit drei Monaten dabei. Damit ist sie ab sofort eine ganz feste Laufbegleitung. Wir freuen uns, dass du dabei bist, liebe Jessi!

Rückblick April:

Im April waren wir beim Wilhelmsburger Insellauf und beim Hammer Lauf.

In Wilhelmsburg war es wärmer als wir dachten. Darum waren alle etwas langsamer als sonst. Aber es sind alle gesund und mit Spaß ins Ziel gekommen.

In Hamm war das Wetter perfekt. Wir waren mit 20 Leuten dabei. Nils, Nele und Milan sind eine neue persönliche Bestzeit gelaufen. Und Fritzti hat ihre Bestzeit noch mal getroffen. Es war ein toller Lauf!

Wir hatten im April Besuch von einer Reporterin. Die Eimsbütteler Nachrichten haben einen schönen Bericht über Downlaufen geschrieben. Wenn du ihn lesen möchtest, klicke hier auf den blauen Text:

[Downlaufen: Ein Laufftreff für alle - Eimsbütteler Nachrichten \(eimsbuetteler-nachrichten.de\)](https://www.eimsbuetteler-nachrichten.de)

Und hier ist noch ein Foto vom Hammer Lauf

