

## Der Lauftreff findet ganzjährig statt!



### Anmeldung im BSG-Büro - Frau Fabian -

**Laufreffleiter:** Ulrich Münten, Lauftrainer FLVW

**Laufreff-Termin:** Jeden Mittwoch um 18:00 Uhr

**Dauer:** ganzjährig

45 bis 90 Min. je Training

- Aufwärmgymnastik,
  - Laufen ca. 30 oder 60 Minuten
  - Dehnübungen
- 
- *Gemeinsame Teilnahme an Volkslaufveranstaltungen als Team der BSG Provinzial e. V. Münster möglich*
  - *„Quereinstieg“ ist jederzeit für neue TeilnehmerInnen bei entsprechender Kondition erwünscht*

**Teilnehmerzahl:** min. 5 Teilnehmer/innen / max. 15 Teilnehmer/innen

**Treffpunkt:** Frühling/Sommer:  
Parkplatz Gut Grün, Wienburgpark, Kanalstraße Münster  
Herbst/Winter:  
Zwinger, Promenade, Kanalstraße Münster

**Informationen:** Ulrich Münten, Tel. 0251 2704730  
E-Mail: ulrich\_muenten@web.de

#### BSG-Bürozeiten:

Ulrike Fabian – Raum 0.166      Tel. 3165

Montag – Mittwoch      11.30 Uhr – 15.30 Uhr  
Donnerstag              11.30 Uhr – 14.30 Uhr  
Freitag                      geschlossen