

Liebe LLG'lerInnen

Der Deutsche Post Marathon Bonn, welcher in diesem Jahr am 17. Oktober stattfinden soll, will die hiesigen Laufvereine mit in die Vorbereitung nehmen.

Um die Monate bis Oktober zu überbrücken, soll eine kleine Warm-up Tour durchgeführt und dabei die Lauffreize und Vereine in der Region besucht werden

Start der Tour ist voraussichtlich Ende Juni/Anfang Juli und sie geht bis Anfang Oktober.

Der Bonn Marathon kommt zu einem der Trainingstermine des Vereins und läuft mit diesem und weiteren interessierten Läuferinnen und Läufern Routen in dessen Laufrevier.

Um Werbung, Koordination der Teilnehmer, Anzahl der Leute, Einhaltung der gegebenen Corona-Vorgaben kümmert sich der Bonn Marathon.

Die Aufgabe des Laufvereins ist es, Strecken zu erkunden und Pacemaker bzw. Laufleiter für die Strecken zu stellen

Ich habe zugesagt und Dienstag den 07. September um 18.30 Uhr am Rothenbachparkplatz vorgeschlagen.

Ich denke, wir können drei Strecken (10-15-20 km) anbieten.

Nun suche ich Freiwillige, welche sich zutrauen, eine Gruppe zu leiten und eine entsprechende Strecke im Siegburger Wald zu erkunden.

Ich hatte gedacht, je kürzer umso ruhiger das Tempo: 10 km etwa 7 min/km, 15 km um 6 min/km und 20 km für die Ambitionierten.

Da pandemiebedingt leider noch keine genaue Anzahl der Läufer festgelegt werden kann, wird uns dies zeitnah mitgeteilt.

Ohne Corona Auflagen denken die Organisatoren an 50 bis 80 Läufer.

Für eine kleine Zielverpflegung nach dem Lauf mit Wasser, Obst, Müsliriegeln oder ähnlichem wird ebenfalls durch den Bonn Marathon gesorgt.

Also, wer eine Gruppe leiten möchte, meldet sich bei mir und wir können dann an den nächsten Dienstagen – oder auch bei anderen Trainingsläufen – das ganze besprechen.

Kneifen nutzt nichts – ich habe schon einige im Hinterkopf und wenn die sich nicht melden, gehe ich auf sie zu.



Viele Grüße, Birgit



Deutsche Post Marathon Bonn

