

November 2023

Liebe Walkerinnen und Walker,

im Oktober gab es zwei Walking-Events. Zunächst die Eindrücke von unserem (knapp) 7 km Walk am Tag der Deutschen Einheit. Nach einem musikalischen Warm-up sind wir in die Zonser Heide gewalkt, wo wir die Stationen des neuen Fitness-Parcours absolvierten. Wir hatten sehr viel Spaß dabei, wie die nachfolgenden Bilder zeigen.

Leider hat uns auf den letzten Metern ein kleiner Regenschauer erwischt, so dass wir den geplanten Imbiss zum Abschluss unter die Überdachung des Boule-Platzes gelegt haben.





Die Bilder vom Walkingday am Baldeneysee gibt es in der nächsten Postille!

Nach der Zeitumstellung gelten nachfolgende Trainingszeiten und -orte. Ob der Mittwochabend im Winter fortgeführt wird, ist noch nicht entschieden.

- montags** 10:00 – 11:00 Uhr Treffpunkt: Tennisplatz Zons
- mittwochs** 18:00 – 19:00 Uhr Treffpunkt: TGS-Clubgelände, Stürzelberg
- freitags** 16:00 – 17:00 Uhr Treffpunkt: TGS-Clubgelände, Stürzelberg
- samstags** 09:30 – 10:30 Uhr Treffpunkt: Tannenbusch Grillhütte, Delhoven

Wer beim Kasterer Nikolauswalk am 10. Dezember teilnehmen möchte, meldet sich bitte.

Infos zum 36. Nikolauslauf mit Walking am 10. Dezember 2023		
Austragungsort ist der Kasterer See, Treffpunkt ist am Erfttor (hinteres Stadttor) in Alt-Kaster.		
Strecke:	Runden:	Start:
ca. 6.600 m Walking	3 Seerunden	10:30