

April 2024

Liebe Walkerinnen und Walker,

am Donnerstag, 7. März fand unsere Walking-Jahreshauptversammlung statt. Erfreulicherweise waren 17 Teilnehmer anwesend! Das Protokoll wurde bereits separat verteilt. Der Jahresplan 2024 ist auch auf unserer Internetseite zu finden. Der Walking-Vorstand bleibt in bewährter Besetzung:



Am Samstag, 23. März nahmen 13 Teilnehmer an der Wanderung „Nette Seen“ im Nettetäl teil. Trotz ein paar kleinen Regenschauern waren sich alle einig, dass es eine sehr schöne Wanderung war. Bevor es wieder nach Hause ging, gab es noch ein gemeinsames Mittagessen vor Ort.



Nun noch ein paar Trainingseindrücke aus März, wie viel Spaß man beim Walken haben kann:



Am **Samstag, 06.04.2024** findet der Karl-Heinz-Hahn-Walk in Benrath statt. Sieben Teilnehmer gehen an den Start um 10:30 Uhr. Der Treffpunkt für Fahrgemeinschaften ist am neuen Stürzelberger Fußballplatz um 09:30 Uhr. Die Adresse des Lauffreff Düsseldorf Süd lautet Paulsmühlenstr. 111.

Am **Mittwoch, 10.04.2024, 19:30 Uhr** findet die Jahreshauptversammlung des Gesamtvereins im Vereinslokal statt. Die Einladung wurde bereits verteilt.

Am **Samstag, 20.04.2024, ab 14:00 Uhr** können wir an der 20. Übrerrührer Walkingveranstaltung teilnehmen. Zum Jubiläum erwartet alle Teilnehmer eine grün-gelbe Überraschung! Anmeldungen bitte bis zum 6. April!

Am **Samstag, 04.05.2024, 15:00 Uhr** findet ein gemeinsames Walken beim Oberhausener TV unter dem Motto „Walken und Grillen“ mit anschließendem Beisammensein im OTV-Vereinslokal statt. Würstchen und Grillfleisch kosten 15 Euro. Die geplante Strecke beträgt 10 km und entspricht der vom Walking-Day. Es können aber auch Abkürzungen genommen werden. Anmeldungen bitte bis Anfang April mitteilen!

Am **Samstag, 11.05.2024** hat Jürgen einen Wanderführer für uns gebucht. Er kostet 100 Euro, die auf die Teilnehmer umgelegt werden. Die Wanderung führt durch den Schwalmbruch. Nähere Infos folgen. Wer mitwandern möchte, meldet sich bitte bei Jürgen!

Am Ostersonntag beginnt die Sommerzeit. Es gilt dann nebenstehender Trainingsplan. Am **6. April** wird im Tannenbusch **KEIN** Übungsleiter sein!

Frohe Ostern wünscht



Kerstin



Übrerrührer Walkingveranstaltung

Samstag - 20.04.2024

Wichteltal Essen-Übrerrühr

Veranstaltung auf einer flachen, DLV-vermessenen Strecke über 5km und 10km auf dem historischen Rührleinfeld, die überwiegend asphaltiert ist.

Zeitplan:

Lauf	Zeit	Strecke
Lauf 1	14:00	10km Walking
Lauf 2	14:05	10km Nordic Walking
Lauf 3	14:10	5km Walking
Lauf 4	14:20	5km Nordic Walking

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 09:00 – 10:00 Uhr
Treffpunkt: Tannenbusch Geo-Park, Delhoven