



Achtung Zeitumstellen: Laufreffleiter Wolfgang Kleinertz freut sich auf viele Teilnehmer.

Sportkreis Bodensee: Lauftreff Friedrichshafen (Foto: Sportkreis Bodensee)

## Laufen kostet nur Überwindung

Kostenloser Lauftreff stellt auf Sommerzeit um Friedrichshafen – „Laufen kostet so gut wie nichts – außer Deine eigene Überwindung“, sagt Wolfgang Kleinertz und lacht. Diese Erfahrung macht er immer wieder, wenn im Frühling zahlreiche Neueinsteiger zum Lauftreff in den Seewald kommen. Kleinertz organisiert die wöchentlichen Veranstaltungen, die der Sportkreises Bodensee kostenlos anbietet.

„Vielen Menschen fehlt der Antrieb und sie würden lieber in einer Gruppe laufen“, sagt Kleinertz. „Und sie brauchen einen festen Termin, zu dem sie dann auch hingehen.“ Der Lauftreff Friedrichshafen bietet beides. Hier treffen sich Frauen und Männer verschiedenen Alters, die jeweils eine Stunde gemeinsam auf den Beinen sind. Gelaufen wird in verschiedenen Gruppen – je nach Fitness. Wer lieber Walking oder Nordic Walking machen möchte, findet beim Lauftreff ebenfalls die passende Gruppe. Die Teilnahme am Lauftreff Friedrichshafen ist kostenlos und an keine Vereinsmitgliedschaft geknüpft.

Am Samstag, 28. März, wird ab 15.30 Uhr das letzte Mal nach Winterzeit gelaufen. Ab 1. April bis Ende Oktober treffen sich die Läuferinnen und Läufer jeweils mittwochs um 18.30 Uhr. Treffpunkt ist am Seewald-Parkplatz (ehemaliger Gaskessel).

**Mehr Infos unter: [www.lauftreff-fn.de](http://www.lauftreff-fn.de) oder [info@lauftreff-fn.de](mailto:info@lauftreff-fn.de)**