

Erwerb von Lauf-, Walking- und Nordic-Walking-Abzeichen beim Turnfest 2009

Veranstalter:

Hessischer Leichtathletik-Verband
Otto-Fleck-Schneise 4
60528 Frankfurt

Deutscher Turnerbund
Otto-Fleck-Schneise 8
60528 Frankfurt

In Kooperation mit dem Verein Deutsche Turnfeste e.V., dem Ginnheimer Lauf-Treff und dem Lauftreff ITC Neu-Isenburg

Auskunft:

Andrea Franke
Telefon: 069 – 6789 224
Email: Andrea.Franke@hlv.de
Internet: www.hlv.de

Termin:

Von Montag, dem 01. Juni bis Donnerstag, den 04. Juni 2009, jeweils zwischen 17:30 und 20:00 Uhr

Ort:

Im Grüneburgpark im Herzen Frankfurts (unmittelbar am Palmengarten)

Strecke:

ca. 1km langer Rundkurs im Park

Beschreibung:

Als Anreiz, äußere Zielsetzung und Ergänzung des Breitensportlichen Angebots stellt sich das "DLV-Lauf-, Walking- und Nordic-Walking-Abzeichen" vor. Durch Eliminierung des Zeit-/Streckenfaktors ist diesem Abzeichen der Wettbewerbscharakter genommen. Die Bedingungen für das Erreichen dieses Abzeichens machen ein stufenweise aufbauendes Ausdauertraining notwendig und können auch von bisher Untrainierten nach regelmäßigem Üben - also mit konditioneller Anpassung - erfüllt werden. Die einzelnen Abzeichenstufen unterscheiden sich durch Farben und werden als Anstecknadel mit einem Durchmesser von 7 mm und als Stoffabzeichen mit einem Durchmesser von 45 mm ausgegeben. Dazu gibt es einen entsprechenden Ausweis, in dem die Teilnahmen bestätigt werden.

Teilnahmegebühr:

3,00 €

Darin sind neben der Betreuung durch erfahrene Läufer und Walker/Nordic-Walker des Ginnheimer Lauftreffs und des Lauftreffs ITC Neu-Isenburg folgende Leistungen enthalten:

- Ausweiskarte
- Stoffabzeichen
- Anstecknadel
- bei Bedarf leihweise Bereitstellung von Nordic-Walking-Stöcken

Ablauf:

Es werden verschiedene Stufen der Abzeichen angeboten:

Für die Walker/Nordic-Walker werden die Stufen 1 (30 Minuten) und 2 (60 Minuten) angeboten. Als Bedingung für den erfolgreichen Erwerb des Abzeichens gilt das Walken/Nordic-Walken über die jeweils vorgegebene Zeit in einem beliebigen Tempo, ohne Unterbrechung.

Beide Stufen starten gemeinsam, an jedem Veranstaltungstag um **18:45 Uhr** und werden ggf. von einem erfahrenen Gruppenleiter begleitet.

Für die Läufer werden die Stufen 1 (15 Minuten), 2 (30 Minuten) und 3 (60 Minuten) angeboten. Hier besteht die Anforderung aus einem ununterbrochenem Lauf über die vorgegebene Dauer in einem beliebigen Tempo.

Alle Läufer starten gemeinsam, jeweils um **17:30 Uhr** und werden ggf. von einem erfahrenen Gruppenleiter begleitet.

Weiter Infos zum Lauf-, Walking- und Nordic-Walking-Abzeichen unter:
www.hlv.de und www.leichtathletik.de

