

Neugründung Inklusions-Lauftreff im DFG

In diesem Frühjahr möchten wir mit unserem neuen Inklusions-Lauftreff im Deutsch Französischen Garten starten.

In unserer Inklusionslaufgruppe Saarbrücken laufen, joggen oder walken Läufer mit Handicap zusammen mit ehrenamtlichen Begleitläufern (sogenannte Guides).

Als Guide begleitest du in unserer Gruppe blinde Läufer oder Läufer mit anderen Behinderungen.

Lauftreff

Lauftage: jeden Donnerstag

Uhrzeit: 18:00 Uhr (Winter) / 19:00 Uhr (Sommer)

Treffpunkt: Deutsch Französischer Garten Nord, Saarbrücken (Deutschemühlental)

Dauer: ca. 1 – 1½ Stunden

Anforderungsprofil:

In unserer Laufgruppe sind alle Leistungsniveaus vertreten - vom Nordic-Walker bis hin zu ambitionierten Marathonläufer.

Gewöhnlich laufen unsere Läufer Distanzen von 3 km bis hin zu 11 km, je nach Lust und Laune.

Damit der Spaß am Laufen nicht verloren geht, ist es wichtig, dass sich sowohl die Läufer mit Handicap, als auch die Guides, dem Leistungsniveau ihres jeweiligen Laufpartners anpassen können.

Als Guide musst du mindestens 16 Jahre alt sein und solltest eine Distanz von mindestens 3km durchgängig laufen bzw. walken können. Unser Lauftreff findet ca. 4 mal im Monat statt, du solltest zumindest 2 mal im Monat für deine ehrenamtliche Tätigkeit Zeit haben.

Sonstiges: Es wird bei jeder Wetterlage ganzjährig gelaufen.

Wir haben dein Interesse geweckt?

- Menschen mit jeglicher Art von Behinderung
- Freiwillige Guides

Neue Mitglieder und Guides sind jederzeit herzlich willkommen!

www.achillesinternational-germany.org/local-clubs/local-clubs-saarbruecken.html

E-Mail: local-club-saarbruecken@achillesinternational-germany.org

