

Downlaufen-Rundbrief Juni 2025 in einfacher Sprache

Termine im Juni:

- 01. Juni: allgemeines Training und Mitgliederversammlung
- 04. Juni: Mittwochsrunde
- 08. Juni: allgemeines Training
- 11. Juni: Mittwochsrunde
- 15. Juni: allgemeines Training
- 18. Juni: Mittwochsrunde
- 22. Juni: Ausflug nach Lübeck
- 25. Juni: Mittwochsrunde
- 27. Juni: Mid Summer Run
- 29. Juni: allgemeines Training

Bitte sag früh ab, wenn du nicht kommen kannst.

Andere Termine:

- 13. Juli: Kollaulauf
- 07. September: Alsterlauf
- 14. September: Airport Race

Training am 01. Juni:

Am 01. Juni machen wir 2 Sachen.

Wir treffen uns wie immer um 14:30 Uhr zum Training. Dann laufen wir zusammen. Wir laufen aber einen anderen Weg. Weil wir nach dem Training unsere Versammlung machen.

Wenn wir gelaufen sind, treffen wir uns in der Schule Vizelinstraße. Um 16:00 Uhr ist da unsere Mitgliederversammlung. Du musst auf den Schulhof gehen. Ganz am Ende gehst du rechts. Da ist die Aula. Du erkennst sie an den großen Scheiben. Dort treffen wir uns.

Damit du den Raum findest, malen wir Pfeile auf den Boden 😊

Ausflug nach Lübeck am 22. Juni:

Das musst du wissen:

Treffpunkt: 9:45 Uhr am Hauptbahnhof, vor dem Reisezentrum

Mitbringen: Wir werden in Lübeck laufen, zieh dir also Sportsachen an. Gerne das Downlaufen-Shirt. Nimm gerne Wechselsachen mit. Achtung, es gibt keine Umkleidekabine. Wir fahren mit dem Zug. Du brauchst also unbedingt deinen Schwer-in-Ordnung Ausweis mit Wertmarke. Nimm auch etwas zu trinken und zu essen mit.

Rückkehr: Wir sind gegen 18 Uhr zurück in Hamburg.

Wenn du bei dem Weg Hilfe brauchst, sag uns Bescheid.

Mid Summer Run:

Achtung, dieser Lauf ist an einem Freitag Abend. Das musst du wissen:

Treffpunkt: 16:45 Uhr am Bahnhof Wellingsbüttel

Anfahrt: mit der S1 bis Wellingsbüttel

Start: 18:00 Uhr (10 km), 18:10 Uhr (5km)

Mitbringen: Downlaufen-Shirts

Gepäck: Es gibt eine Aufbewahrung. Aber wir wissen nicht, ob sie bewacht ist. Nimm am besten keine Wertsachen mit.

Verpflegung: Im Ziel gibt es Getränke und Obst

Wenn du bei dem Weg Hilfe brauchst, sag uns Bescheid.

Rückblick Mai:

Wir waren in Bergedorf beim Citylauf. Es war ein schöner Lauf. Das Publikum hat uns toll angefeuert. Milan, Kolja und Erik H. sind neue Bestzeiten gelaufen. Herzlichen Glückwunsch 😊

Wir waren auch beim St. Pauli Lauf gegen Rechts. Dabei sind wir um die Alster gelaufen. Davon berichten wir beim nächsten Rundbrief.

Hier noch ein paar Bilder aus Bergedorf:

