

Laufgruppen - RUNNING

TREFFPUNKTE & KONTAKTDATEN:

Altendorf

| DJK Altendorf 09 Essen e.V.
Jörg Börskens Tel. 0175 - 2020288 Mail: joerg@boerskens.de

Bezirkssportanlage Sachsenring - Parkplatz

| MTG Horst 1881 e.V.
Udo Ebert Tel. 0201 275538 Mail: ebentu@web.de

Clubhaus TC Grün-Weiß Stadtwald - Zeisigstr. 18

| TC Grün-Weiß Stadtwald e.V.
Willy Mohr Tel. 0201 473450 Mail: willy.mohr@t-online.de

Steele: Eingang des GREND, Westfalenstr. 311

| Lauftreff Grend-Runner (freier Lauftreff)
Sonja Knorr Tel. 0163 - 9814251 Mail: sonja1309@web.de

Kray Volksgarten - Eingang Ottostraße

| TC Kray 1892 e.V.
H.-G. und B. Sult Tel. 0201 230242 Mail: sult@arcor.de

Parkplatz Ägidiusstraße

| TC Kray 1892 e.V.
H.-G. und B. Sult Tel. 0201 230242 Mail: sult@arcor.de

Parkplatz Bezirkssportanlage Überruhr

| TLV Germania Essen-Überruhr e.V.
Nicole Friebe Tel. 0172 - 9311578 Mail: nicole@friebe.net
Frank Petrat Tel. 0179 - 4204854 Mail: frank.petrat68@gmail.com

Parkplatz Heissiwald - Wildgehege

Monika Gabriel Tel. 0201 492608 Mail: diemonika2@gmail.com
oder monika.gabriel@gesundheitsamt.essen.de

Parkplatz Jagdhaus Schellenberg

| Lauftreff Heisingen
Edmund Frohnert Tel. 0201 542001 Mail: edm.frohnert@unitybox.de

Spielplatz am Haumannplatz

| TUSEM Essen e.V.
Leonhard Doetsch Tel. 0201 7101781 Mail: leonhard.doetsch@t-online.de

Sportanlage Schillerweise

| Lauftreff ABC Schillerweise (freier Lauftreff)
Rainer Vogel Tel. 0201 714581 Mail: rrvogel@web.de

Sportplatz Kettwig - Lauftreff

| Kettwig 2000 e.V.
Rüdiger Peters Tel. 02054 923894 Mail: ruedigerpeters@gmx.net
Karin Kornet Tel. 0170 - 2435126 Mail: karin.kornet@t-online.de

Parkplatz zur alten Fähre

| Lauftreff Kettwig 2000 e.V.
Christel Dudjan Tel. 02054 923843 Mail: dudjan@alice.de
Erika Hoffmeister Tel. 02054 6886 Mail: hoffmeister-e@t-online.de

ZEITEN & LEVEL:

dienstags 19.30 Uhr Jedermann
donnerstags 19.30 Uhr Jedermann

Die wechselnden Treffpunkte finden Sie unter www.a09laufftreff.de

1./3./5. Woche
2./4. Woche
samstags 10.00 Uhr Anfänger/Fortgeschrittene
sonntags 10.00 Uhr Anfänger/Fortgeschrittene

nur Oktober - April
sonntags 11.00 Uhr Jedermann



dienstags 19.00 Uhr Jedermann
donnerstags 19.00 Uhr Jedermann
sonntags 09.00 Uhr Jedermann

Ende Oktober - Mitte März
montags 18.00 Uhr Jedermann
mittwochs 17.30 Uhr Jedermann
samstags 08.00 Uhr Jedermann

sonntags wechselnde Treffpunkte, längere Strecken

März bis Oktober
mittwochs 17.30 Uhr Jedermann

montags 18.00 Uhr Jedermann
freitags 18.00 Uhr Jedermann

sonntags 10.00 Uhr Jedermann

samstags 08.00 Uhr Jedermann

dienstags 18.00 Uhr Jedermann
donnerstags 18.00 Uhr Anfänger/Jedermann
sonntags 10.00 Uhr Jedermann

im Sommer
im Winter
donnerstags 17.30 Uhr Jedermann
donnerstags 16.30 Uhr Jedermann

nur im Winterhalbjahr
montags 18.30 Uhr Jedermann
donnerstags 18.30 Uhr Jedermann
montags 16.00 Uhr Jedermann

nur von Oktober - März
dienstags 09.00 Uhr Jedermann
sonntags 09.00 Uhr Jedermann