

# 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

| Laufftreff Grend-Runner (freier Laufftreff)

Mail: steele.grendrunner@gmail.com

### 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

| Laufftreff 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

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

### Sportplatz Kettwig - Laufftreff

| 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

| Laufftreff 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](http://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



Nach vorheriger Anmeldung:

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