

Wir über uns

Als *Spiridon-Club Bad Oldesloe* ist unser Leichtathletikverein 1977 von elf Läuferinnen und Läufern gegründet worden. Mittlerweile gehören ihm ca. 400 Mitglieder an, die den Verein aktiv oder passiv unterstützen.

Warum laufen wir?

Die Motive der Läuferinnen und Läufer sind verschieden. Einige wollen sich einfach fit halten, andere wollen sich von ihrem beruflichen Alltag erholen und manche wollen sich auf Wettkämpfe vorbereiten.

Bei unseren Lauftreffs geht es um den Spaß am gemeinsamen Laufen, wobei auch manche lustige Geschichte ausgetauscht wird. Wir treffen uns zu festen Trainingszeiten und laufen - je nach Leistungsfähigkeit - in unterschiedlichen Geschwindigkeiten und Strecken.

Weitere Sportangebote

Wir bieten Ihnen **Kinder- und Jugendsport, Walking** und **Training für das Deutsche Sportabzeichen**.

Unser Verein richtet jährlich verschiedene Sportveranstaltungen aus, beginnend mit dem bekannten **Travelauf** im Frühjahr, im Juli/August geht es weiter mit dem **Poggensee-Triathlon** und dem **Stadtlauf** Ende der Sommerferien. Die Geselligkeit kommt auch nicht zu kurz. So gehören zu unseren Vereinsaktivitäten die traditionelle **Fahrradtour** im Sommer, der **Stundenlauf** im September und der **Silvesterlauf** bei Punsch und Berliner, mit dem wir die Saison dann abschließen.



Die Ansprechpartner

1. Vorsitzender

Dietrich Ehlert, 0 45 31 / 12 85 32

2. Vorsitzender

Dr. Fritz Dieterich, 0 45 31 / 1 21 11

Leistungswartin

Angelika Koepler-Neas, 0 45 31 / 38 48

Jugendwart

Andreas Vetter, 0171 1724997

Statistikwart

Dr. Rolf Immelmann, 0175 83 669

Schriftwartin

Petra Harbort, 0 45 31 / 12 70 50

Kassenwart

Thomas Ball, 0 45 31 / 30 24



Sie finden uns auch unter:
www.spiridon-oldesloe.de

Spiridon-Club Bad Oldesloe
Laufgemeinschaft Trave e.V.



**Laufen
und mehr ...**
2011/12



Lauf- und Walkingtreffs

Nordic-Walking-Treff

Infos: Ellen Witt, 0 45 31 / 18 10 68
Wann: Dienstag, 18.00 Uhr
Wo: Kurparkstadion (Sommerzeit)
sowie Parkplatz "Mäcki" in
Rethwischfeld (Winterzeit)
Wann: Donnerstag, 16.00 Uhr
Wo: Kurparkstadion (ganzjährig)

Lauftreff und Walking

Infos: über den Verein (s. Rückseite)
Wann: Sonntag, 9.00 Uhr
Wo: Parkplatz Kurparkstadion

Lauftreff für Fortgeschrittene bis 30 km

Infos: über den Verein (s. Rückseite)
Wann: Sonntag, 10.00 Uhr
Wo: Haltestelle Jugendherberge

Lauftreff für Anfänger

Infos: Rolf Franke
0 45 39 / 84 00
Wann: Dienstag
18.00 - 19.30 Uhr
Wo: Kurparkstadion

Lauftraining

Infos: Bernd Rowlin
0 45 31 / 53 44
Wann: Mittwoch
18.00 - 19.30 Uhr
Wo: Kurparkstadion



Kinder und Jugendliche

Leichtathletik 7 - 10 Jahre

Infos: Andreas Vetter, 0171 1724997
Wann: Montag, 15.30 - 16.30 Uhr
Wo: Stadtschule (Oktober - April)
bzw. Kurparkstadion (Mai - September)

Lauftraining für Jugendliche ab 11 Jahren Mittel- und Langstrecke

Infos: Klaus Prieske, 0 45 31 / 88 55 87
und Anke Grigoleit, 0 45 31 / 245 88
Wann: Dienstag und Donnerstag, 17.00 - 18.30 Uhr
Wo: Kurparkstadion

Turnen und Spiele 5 - 7 Jahre

Infos: Brigitte Prieske, 0 45 31 / 88 55 87
Wann: Freitag, 16.00 - 17.00 Uhr
Wo: Kurparkstadion (Mai - Oktober)
bzw. Klaus-Groth-Schule (nach den Herbstferien)

Eltern-Kind-Turnen 3 - 5 Jahre

Infos: Doreen Troedsson, 0160 7613936
Wann: Freitag, 15.00 - 16.00 Uhr
Wo: Klaus-Groth-Schule

Erwachsene

Gymnastik und Spiele

Infos: Dino Möller, 0 45 31 / 8 59 99
Wann: Mittwoch, 20.00 - 21.30 Uhr
Wo: Sporthalle am Schanzenberg

Fitnessgymnastik

Infos: Jörg Kreyser, 0 45 31 / 88 55 34
und Susanne Sander, 0 45 31 / 88 50 39
Wann: Montag, 20.00 - 21.30 Uhr
und Donnerstag, 20.00 - 21.00 Uhr
Wo: Sporthalle Stadtschule (Montag)
und Sporthalle TMS (Donnerstag)

Sportabzeichentraining

Infos: Hans-Otto Dietrich, 0 45 31 / 33 96
Roland Strelow 0175 2485995
Wann: Von Mai bis September für Jedermann.
Jeden 1. und 2. Mittwoch von 18.30 - 20.00 Uhr
Wo: Kurparkstadion



Hinweis:

Alle Termine in den Sporthallen finden nicht
in den Ferien statt.