



Lauf mit uns

Du möchtest mit dem Laufen beginnen und dabei nicht alleine starten?
Dann bist du beim [Lauftreff des Post SV](#) genau richtig!

Wir laden dich herzlich ein zu unserer [Laufgruppe für Anfänger](#).
Gemeinsam bewegen wir uns in der Natur, verbessern Schritt für Schritt unsere Ausdauer und stärken unsere Gesundheit – ganz ohne Leistungsdruck.

Das erwartet dich:

- Einfache Laufeinheiten für Anfänger
- Unterstützung und Betreuung durch zertifizierte Gruppenbetreuer
- Tipps rund um gesundes Laufen

Start: **14.04.2026**

Wann: jeweils Dienstag und Freitag 18:30 bis 19:30 Uhr

Wo: Marienbergpark Parkplatz Kilianstraße



<https://www.lauftreff-post-sv.de>

Wir freuen uns auf dich.