



## Köln Marathon: ‚Lisas Lauftreff‘ am 11. Mai 2011

### Kostenloser Service für Langstreckenläufer

Einmal im Monat findet ‚Lisas Lauftreff‘ statt. Der seit März ins Leben gerufene Service vom Köln Marathon ist offen für alle, die Lust am Langstreckenlauf haben. Am Mittwochabend, 11. Mai, um 18 Uhr sammelt Lauftreffleiterin Lisa Jaschke bereits zum dritten Mal ein bunt gemischtes Grüppchen um sich und zeigt, wie sich sinnvolles Langstreckentraining anfühlen soll. Die 20-Jährige muss es wissen: Als jüngste Athletin im Marathonkader des Deutschen Leichtathletikverbandes bringt sie nicht nur viel Talent und Laufleidenschaft mit, sondern auch jede Menge Erfahrung als Übungsleiterin. Nach einem kurzen Aufwärmen am Treffpunkt vor dem Radstadion in Köln-Müngersdorf wird sie ihre Läuferinnen und Läufer durch den Stadtwald führen und neben unterschiedlichen Trainingseinheiten auch jede Menge hilfreiche Tipps geben.



Nach dem etwa einstündigen Training sorgt ein Köln Marathon-Verpflegungsstand für sportgerechte Snacks und Getränke. Duschen ist im Radstadion möglich.

Die Teilnahme an ‚Lisas Lauftreff‘ ist kostenfrei. Es wird allerdings um eine kurze Anmeldung per E-Mail an [info@koeln-marathon.de](mailto:info@koeln-marathon.de) gebeten.

**Treffpunkt: 11. Mai 2011, 18 Uhr, Eingang des Radstadions (rotes Kassenhäuschen), Sportpark Müngersdorf, Peter-Günther-Weg, 50933 Köln. KVB-Haltestelle RheinEnergie-Stadion. Einige Parkplätze sind vorhanden, Fahrräder können problemlos untergestellt werden.**

**Bild-Download:** Bitte laden Sie das beigefügte Foto hier herunter:

[20110505-PM-Bild.jpg](#) (3,5 MB)

Copyright: Dieter Hombach

Hinweis: Das Foto kann unter Angabe des Fotografen honorarfrei verwendet werden.

Weitere Informationen im Web: [www.koeln-marathon.de](http://www.koeln-marathon.de), per E-Mail: [info@koeln-marathon.de](mailto:info@koeln-marathon.de) oder telefonisch: 0221 - 33 77 73-11.



### Pressekontakt

Köln Marathon  
Veranstaltungs-und Werbe GmbH  
Pressestelle  
Gaby Travers  
Sportpark Müngersdorf / Radstadion  
Peter-Günther-Weg  
50933 Köln

Telefon: 0221 - 33 77 73-16

Telefax: 0221 - 58 94 233

E-Mail: [gaby.travers@koeln-marathon.de](mailto:gaby.travers@koeln-marathon.de)

Homepage: [www.koeln-marathon.de](http://www.koeln-marathon.de)

