



<https://biz.li/3mdp>

# VON 0 AUF 100: FIT FÜR DEN MARATHON MIT DER TSG

Veröffentlicht am 12.09.2019 um 16:43 von Redaktion Burgwedel-Aktuell

Am 17. September 2019 startet ein neues Angebot der Turnerschaft Großburgwedel: die Marathon-Vorbereitungsgruppe. Unter der qualifizierten Leitung von Philipp Jahn bietet die TSG allen Interessierten eine intensive Vorbereitung auf den Marathonlauf und alternativ auch auf den Halbmarathon an. Das Angebot richtet sich an alle Sportler, die ihre Kondition von einer normalen Fitness auf Marathon-Form steigern möchten. Vorerfahrungen im Ausdauerlauf sind nicht erforderlich. Ziel ist es, am 26. April 2020 am 30. HAJ-Hannover-Marathon teilzunehmen. Dabei steht vor allem der Spaß an der Teilnahme im Vordergrund und nicht der Ehrgeiz, Rekorde zu brechen. Die Vorbereitungsgruppe trifft sich vorerst jeden Dienstag und Donnerstag um 19 Uhr am Stadion auf der Ramhorst. Das Training beinhaltet gemeinsame Laufzeiten, Ernährungstipps und Informationen für weitere Vorbereitungsmöglichkeiten. Das Startgeld für den Marathon muss von jedem Teilnehmer selbst entrichtet werden. Das erste Treffen findet am kommenden Dienstag, 17. September, um 19 Uhr statt. Anmeldungen werden telefonisch in der Geschäftsstelle der TSG unter der Rufnummer 05139/3490 erbeten.