

## Trainingszeiten und -orte:

### Sommer:

Mittwoch, 19:00 Uhr

Samstag, 17:00 Uhr

Dudweiler Süd

(Ecke Richard-Wagner-Str. / Liesbeth-Dill-Str.)

### Winter:

Mittwoch, 19:00 Uhr

an der Uni, Sportschule

oberer Eingang, Stadion am Rasenplatz

Samstag, 15:00 Uhr

Dudweiler Süd

(Ecke Richard-Wagner-Str. / Liesbeth-Dill-Str.)

**Schnuppern Sie einfach in unseren**

**Lauftreff hinein und nehmen unverbindlich**

**an einer unserer Trainingseinheit teil**

🔥 Lauftreff *Phoenix Dudweiler* e.V.

Neckarstraße 1  
66125 Saarbrücken

Telefon: 0 68 97 - 7 47 04

E-Mail: [kontakt@phoenix-dudweiler.de](mailto:kontakt@phoenix-dudweiler.de)  
Internet: <http://www.phoenix-dudweiler.de>

# Lauftreff



# PHOENIX Dudweiler

## Wer sind wir



Wir sind ein junger Lauftreff in Dudweiler, der am 04. April 2007 gegründet wurde und sind Mitglied beim saarländischen Leichtathletik Bund, der saarländischen Triathlon Union sowie der LSG Saarbrücken-Sulzbachtal.

Zur Zeit betreuen wir ca. 170 Mitglieder (Stand: August 2008) aus den Bereichen Laufen, Walking, Nordic-Walking und Triathlon.

Unsere Mitglieder treiben zum einem Teil Sport aus Freude an der Bewegung, Geselligkeit und der Fitness, andere nehmen an Wettkämpfen auf saarländischer, deutscher und internationaler Ebene teil.

Unseren Mitgliedern steht mindestens ein ausgebildeter Betreuer als Ansprechpartner und Begleiter zur Verfügung, gleich welcher Gruppe sie angehören.

Neben dem sportlichen Aspekt pflegt der Lauftreff *PHOENIX Dudweiler e. V.* auch die Geselligkeit durch Aktivitäten auf unterschiedlichsten Ebenen.

Innerhalb des Jahres finden verschiedene Veranstaltungen statt, bei denen auch die Familien und Freunde unserer Mitglieder herzlich eingeladen sind.

## Was bieten wir



Wir fördern Breiten-, Freizeit-, Jugend-, Gesundheits-, Leistungs- und Spitzensport

### in den Bereichen:

- ☀ Laufen
- ☀ Walking
- ☀ Nordic Walking
- ☀ Triathlon

Hierbei orientieren wir uns an den allgemein festgelegten Richtlinien für Lauftreffs in Deutschland. Unsere Mitglieder teilen wir je nach Fitness in unterschiedliche Gruppen ein.

Zur Zeit bieten wir im Bereich Laufen 5 Gruppen, im Bereich Walking 2 Gruppen und in den Bereichen Nordic Walking und Triathlon 1 Gruppe an.

Alle Gruppen führen eine gemeinsame Auf- und Abwärmenphase durch. Die einstündige Trainingszeit orientiert sich nach dem jeweiligen Leistungsstand.

Als Mitglied der LSG Saarbrücken-Sulzbachtal bieten wir professionelle Jugendausbildung mit qualifizierten Trainern und Winterhallentraining für alle Mitglieder an.

## Was tun wir



### im sportlichen Bereich

Wir führen eine Vereinsmeisterschaft mit professioneller Zeitmessung durch. Im Rahmen eines später stattfindenden Vereinsfestes werden unter anderem die Vereinsmeister geehrt. Darüber hinaus nehmen wir auch an regionalen Veranstaltungen teil.

Des weiteren können Sie beim Lauftreff *PHOENIX Dudweiler e. V.* das Sportabzeichen erwerben. Die Abnahme wird durch unsere eigenen Trainer gewährleistet.

### im geselligen Bereich

Über das Jahr verteilt finden mit Familienangehörigen und Freunden unserer Mitglieder Veranstaltungen statt, wie zum Beispiel:

- ☀ Grillfest
- ☀ Vereinswanderung
- ☀ Weihnachtsfeier
- ☀ Vereinsfahrten
- ☀ .....