



Interesse, eine neue (Lauf-) Sportart auszuprobieren?

Finde deinen Weg vom Start

über die „Posten“

zum Ziel



Dann besteht die Möglichkeit, an den **Sommerabend - Trainings-Orientierungsläufen Lübbecke (Sommerabend- TrOLL)** teilzunehmen
- geeignet für Kinder ab 9 Jahren, Familien, Einsteiger und Fortgeschrittene

zum individuellen Ausprobieren der Sportart
Orientierungslauf in Stadt- und Parkgeländen (Laufen/ Wandern) - orientierungstechnisch einfach

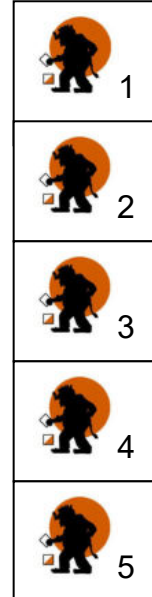
⇒ **altersgemäße Strecken**

- A. kurz + einfach (2-3 km)
- B. mittel + einfach (4-5km)

⇒ **Einweisung in Kartenhandhabung +Kartenlegende** und ggf.
Kompassnutzung



Die Termine:



27.05.25, Start 18-18:30 Uhr, (Zielschluss 20:00 Uhr)
Schützenpark + Freibadpark, Lübbecke

17.06.25, Start 18-18:30 Uhr, (Zielschluss 20:00 Uhr)
Kurpark Bad Holzhausen, Preußisch-Oldendorf

09.07.25, Start 18-18:30 Uhr, (Zielschluss 20:00 Uhr)
Kleihügelsee, Espelkamp

28.08.25, Start 18-18:30 Uhr, (Zielschluss 20:00 Uhr)
Sielpark, Bad Oeynhausen

17.09.25, Start 18-18:30 Uhr, (Zielschluss 20:00 Uhr)
Kurpark Porta Westfalica-Hausberge

* Ortsänderungen vorbehalten!

Kartengeld 3,50 €/Termin

Wie gehst Du vor?

Voranmeldung für die **TROLL**- Termine (bis 2 Tage vor dem Termin) zwecks Kartenvorbereitung entweder

1. über die Geschäftsstelle des **TuS Lübbecke: Infos und Auskunft Tel. 05741-5970** Mo 17-18h, Mi 14:30-16h, sonst AB oder info@tus-luebbecke.de ;

2. Anmeldungen für den Juli- + Augusttermin unter 05741-230858 (Klaus Prunsche, ggf. AB) oder k.l.prunsche@t-online.de .

(der jeweilige Treffpunkt wird nach der Anmeldung bekanntgegeben)

Du kannst auch bei den wöchentlichen Trainings vorbeikommen:

Di., 17:30-18:30 Uhr (Cross- und Trailrunning - P. Schützenstr. Lübbecke)

Do., 17:30-18:30 Uhr (Cross- und Trailrunning/Bahntraining - P. Waldsportplatz Lübbecke)

Sa., 14-16 Uhr (OL- spezifisches Training - P. Waldsportplatz Lübbecke) und nach Vereinbarung.

Weitergehende Infos s. <https://ol-luebbecke.de/breitensportangebote/>



s. auch die Termine der Sommerferien-Troll - Angebote

eLKs- TuS Lübbecke