

BETRIEBS.SPORT

Bitte Ausfüllen und an executiveSPORTS, Schlachthofstraße 29, 27576 Bremerhaven
oder an die Faxnummer 0471-9481911 schicken.

Anmeldung zum nächstmöglichen Kursbeginn

 Einsteiger Fortgeschrittener

Informationen zu den Kursbeginnen, den Trainingsterminen und den Trainingszeiten finden sie im Internet unter www.executive-sports.de/betriebssport.

Für Teilnehmer aus Betrieben, die eine oder mehrere Veranstaltungen von executiveSPORTS unterstützen ist die Anmeldung und Teilnahme am BETRIEBS.SPORT kostenlos. Interessenten, die nicht aus diesen Betrieben kommen, haben ebenso die Möglichkeit teilzunehmen. Hierfür wird eine Kursgebühr von 40,- Euro pro Teilnehmer fällig, die bei regelmäßiger Teilnahme bei der Krankenkasse geltend gemacht werden kann.

BETRIEBS.SPORT

powered by **executiveSPORTS**



Nach 12 Wochen fit an den Start..!

Richtig dosiert für Einsteiger und Fortgeschrittene

*Kostenlose Teilnahme für Sie und Ihre Kollegen**

www.executive-sports.de/betriebssport

* Mitarbeiter von Firmen oder Betrieben, die eine Laufveranstaltung von executiveSPORTS als Sponsor oder Kooperationspartner unterstützen, können kostenlos am Lauffreitag teilnehmen. Alle anderen Interessierten können gegen eine Kursgebühr von 40,- mitlaufen.

Mit executiveSPORTS läuft's..!

Hinter **BETRIEBS.SPORT** verbirgt sich nicht die Sportgruppe der Agentur *executiveSPORTS* sondern ein interessantes Laufangebot - vielleicht auch für Ihre Firma oder Ihr Unternehmen!

Alle Mitarbeiter von Firmen, die eine Veranstaltung von *executiveSPORTS* als Sponsor oder Kooperationspartner unterstützen, können sich kostenlos anmelden und teilnehmen.



Laufcoach: Barbara Peper

Geleitet werden die Kurse von Barbara Peper. Sie ist Laufcoach im Team von *executiveSPORTS* und verfügt über viel Erfahrung im Umgang mit Laufeinsteigern und Fortgeschrittenen, sowie über die entsprechenden Übungsleiterlizenzen. Sie ist wohnhaft in Düring, verheiratet und Mutter von 3 Kindern. Sie besitzt Lauferfahrung aus 15 Jahren mit Teilnahmen an diversen Laufveranstaltungen (Distanz: 5km bis Halbmarathon). Ihre Sportliche Heimat hat Barbara Peper im TV Loxstedt.

- ÜL C-Lizenz im Breitensport für Kinder u. Jugendliche
- ÜL P-Lizenz Herz/Kreislauf/Bewegung
- Abteilungsleiterin und Trainerin in der Leichtathletik
- Organisation des 1. Loxstedter Straßen -u. Volkslaufs
- Lauftreffkurseangebote für Anfänger u. Fortgeschrittene

Bei Fragen erreichen Sie Barbara Peper über die e.Mail-Adresse bri.ba@executive-sports.de oder unter Telefon 0471-948190.

Der **BETRIEBS.SPORT** ist eine Laufgruppe, die fit macht, bzw. fit hält, Fortgeschrittenen und Einsteigern (in zwei unterschiedlichen Gruppen) gleichermaßen ein gutes Training bietet, auf anstehende Laufveranstaltungen vorbereitet und in erster Linie Spaß macht.

Richtig dosiert für Einsteiger und Fortgeschrittene

Das Angebot beinhaltet zwei Laufgruppen, eine für Laufeinsteiger und eine für fortgeschrittene Läufer. Jede Trainingsgruppe trifft sich einmal die Woche zu einem dem Leistungsstand der Gruppe angepassten Training.

Ziel der Gruppe für Anfänger ist es, nach etwa 12 Trainingswochen fit für einen Lauf mit einer Distanz bis 6km zu sein. Dies wäre z.B. beim Sparkassen City Marathon Cuxhaven oder im Rahmen des Sparda-Bank City Marathons Bremerhaven der Einsteigerlauf.

Ziel der Gruppe für Fortgeschrittene ist es, ebenfalls nach 12 Wochen, bzw. Trainingseinheiten fit für einen Lauf über eine Distanz von 10km zu sein. Eine solche Distanz wird ebenfalls in Cuxhaven und in Bremerhaven angeboten.

Teilnahme auch für andere Firmen und Interessenten möglich..!

Interessenten, die nicht aus den Sponsoring-Betrieben kommen, haben ebenso die Möglichkeit teilzunehmen. Hierfür ist eine Kursgebühr von 40,- Euro pro Teilnehmer zu entrichten. Diese kann bei regelmäßiger Teilnahme bei der Krankenkasse geltend gemacht werden. Die Krankenkassen bezuschussen diese Kurse mit bis zu 80% der Gesamtgebühr.

Ort, Termine und Anmeldung

Den Beginn der nächsten Trainingsgruppen, die einzelnen Trainingstermine, sowie die Anmeldung zum **BETRIEBS.SPORT** finden Sie im Internet unter

executive-sports.de/betriebssport

Zur Anmeldung können Sie auch das Formular auf der Rückseite verwenden.

Der Treffpunkt für die Laufkurse ist am Vereinsheim „Zum alten Sportplatz“ in Loxstedt. Generell sind die Kurse vom Wetter unabhängig und finden auch bei etwas ungemütlicherer Witterung statt. Die Trainingsdauer beträgt jeweils eine Stunde.

Weitere Informationen

BETRIEBS.SPORT
powered by *executiveSPORTS*

Weitere Informationen erhalten Sie bei der Agentur *executiveSPORTS* in der Schlachthofstraße 29 in 27576 Bremerhaven oder unter Telefon 0471-9481915 oder per e.Mail an: bri.ba@executive-sports.de

Events: City Marathon in Cuxhaven und Bremerhaven

executiveSPORTS bietet Ihnen 2 professionell organisierte Laufhighlights im Elbe-Weser-Dreieck an: Der *Sparkassen City Marathon in Cuxhaven* (Termin: April, www.cuxhaven-marathon.de) und der *Sparda-Bank City Marathon in Bremerhaven* (Termin: Juli, www.bremerhaven-marathon.de) bieten mit Distanzen vom Einsteigerlauf bis hin zum klassischen Marathon für jeden etwas. Die *Halbmarathon Challenge* verbindet die Halbmarathondistanzen beider Veranstaltungen mit dem Halbmarathon in Loxstedt (Termin: Oktober) zu einer spannenden Laufserie. Bei allen, die neben dem Laufen auch noch gern auf das Rad steigen und schwimmen findet in Bremerhaven der jährliche *Volksbank Triathlon* (Termin: August, www.bremerhaven-triathlon.de) große Begeisterung.