

# LAUFTREFF HOHENEMS

## #laufenverbindet



Vor über fünf Jahren traf sich eine Hand voll Laufanfänger jede Woche zur gemeinsamen „Joggingrunde“ in Hohenems. Keuchend zogen sie um die Häuser, um sich das anschließende Bier zu verdienen.

Nach wenigen Monaten wurde dann nicht nur der Fitnesszustand verbessert, sondern die Laufmotivation und der Leistungserfolg standen auf einmal an erster Stelle. Die Lust am gemeinsamen Training stieg und es kamen immer mehr Laufbegeisterte zum wöchentlichen Laufftreff. Dies war der Grund, warum Mathias Galler (Obmann) aus einer Idee diesen jungen und frischen Verein gegründet hat.

Seit 2014 ist der Verein kontinuierlich gewachsen (derzeit 41 Mitglieder), Lauftrainer-Ausbildungen wurden absolviert, Sponsoren wurden gefunden, Vereinsshirts und -jacken werden mit Stolz getragen und präsentiert und neben dem wöchentlichen Training verabredet man sich zu Laufevents und trifft sich an Wochenenden zu längeren Laufeinheiten.

Darüber hinaus organisiert der „Laufftreff Hohenems“ den wiederbelebten Berglauf „Lauf is Gsohl“, welcher im Herbst bereits zum 5. Mal stattfinden wird.



Es handelt sich um einen bunten, facettenreichen Laufverein, dessen Mitglieder eine Gemeinsamkeit haben: Spaß und Freude am „Laufen“ – egal, ob 5 oder 100 km, egal ob auf der Straße oder im Berg: LAUFEN VERBINDET. Und der gemütliche Hock im Anschluss an das Training darf nach wie vor nicht fehlen.

#### Mach mit:

Der Laufftreff Hohenems freut sich über neue Mitglieder und Mitläufer. Egal ob jung oder alt, Anfänger oder Fortgeschrittener! Das wöchentliche Lauftraining ist kostenlos und für jedermann/frau gedacht. Es werden auch verschiedene Leistungsgruppen angeboten und ab

Frühjahr 2019 sogar ein spezielles Einsteigerprogramm.

#### Treffpunkt:

Mittelschule und Sportmittelschule Hohenems, Jakob-Hannibal-Straße 11. Jeden Dienstag: 18.30 Uhr (bei jeder Witterung). Weitere Infos auf [www.laufftreff-hohenems.at](http://www.laufftreff-hohenems.at) oder auf Facebook.

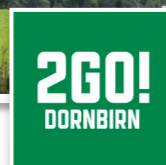
#### Unsere Veranstaltungen:

- 3. *Emser Ultra*: (Einladungslauf ohne Wettkampfcharakter; 30km/1.000HM u. 50km/2.000HM) am Samstag, 19.11.2019
- 5. *Lauf is Gsohl*: (Berglauf 3,5km/500HM) am Sonntag, 22.09.2019



## JETZT GRATIS DOWNLOADEN!

ERHÄLTICH FÜR IOS UND ANDROID SMARTPHONES SOWIE TABLETS. DOWNLOADEN IM APP STORE ODER GOOGLE PLAY STORE MIT DEM SUCHBEGRIFF «2GO! DORNBIRN», ODER «MIPLAN AG».



## Erfolg findet außerhalb der Komfortzone statt.

C. Daus

[www.tectum.cc](http://www.tectum.cc)

**TECTUM**  
Spenglerei | Bauwerksabdichtung

Schwefelbadstr. 6  
6845 Hohenems  
T 055 76- 42 710  
info@tectum.cc