

Abnahme DLV Lauf- und Walkingabzeichen

Beim DLV Lauf- und Walkingabzeichen geht es nicht darum schnell zu laufen oder zu walken, sondern über eine bestimmte Zeit konstant in Bewegung zu bleiben.

Die LG Donatus Erfstadt bietet am Sonntag, den 24.04.2022, 9:30 Uhr, **auch für Nichtmitglieder** die Abnahmen folgender Stufen des **DLV Laufabzeichens** an:

- Stufe 2: 30 min Dauerlauf ohne Pause
- Stufe 3: 60 min Dauerlauf ohne Pause
- Stufe 4: 90 min Dauerlauf ohne Pause
- Stufe 5: 120 min Dauerlauf ohne Pause



Zeitgleich wird die Abnahme des DLV Walkingabzeichens von der LG Donatus Erfstadt angeboten.

- Stufe 2: 60 min Walken ohne Pause
- Stufe 3: 120 min Walken ohne Pause

Nach erfolgreicher Teilnahme erhält jede Läufer*in und jede Walker*in ein entsprechendes Abzeichen mitsamt einem Ausweis.

Kostenbeitrag je Disziplin: 5,00 €

Ort: Parkplatz Donatussee in 50374 Erfstadt- Liblar

Kontakt & Anmeldung: Sibylle Kalupke laufen@lgdonatus.de

Anmeldeschluss: **18.04.2022**