

# Läuft bei uns!

## Abteilung Leichtathletik – SC Önsbach e.V.



„Hast Du Lust, Dich sportlich zu betätigen? Am Besten in netter Gemeinschaft mit Gleichgesinnten? Egal, ob Du Dich der Herausforderung Halbmarathon, Trailrun, Lauftreff/Walking, Sportabzeichen oder spielerische Leichtathletik für Kinder/Jugendliche stellen möchtest: Wir haben das passende Angebot für Dich. Komm doch einfach mal vorbei – zum Laufen bringen wir Dich dann. Wir freuen uns auf Dich!“ Katja König, Abteilungsleitung Leichtathletik, [katja.koenig@scoensbach.de](mailto:katja.koenig@scoensbach.de)

### Kinder-/Jugendleichtathletik

Für Kids von 10 bis 18 Jahren, spielerische Leichtathletik.

#### Trainingszeiten

- Sommer: Freitags, 18.00 - 19:30 Uhr, SC Önsbach Sportareal
- Winter: Samstags, 10.00 - 11:30 Uhr, Turnhalle Önsbach

#### Kontakt

Patrick Schemel,  
[patrick schemel@googlemail.com](mailto:patrick schemel@googlemail.com)

### Mittelstreckentraining

Egal, ob es sich um den Einstieg ins Training, den Wiedereinstieg ins Laufen oder die Maximierung der Leistungsfähigkeit handelt: Bahn und Intervalltraining deckt alle Bereiche ab.

#### Trainingszeiten

- Dienstag, 18.00 - 19.30 Uhr, SC Önsbach Sportareal

#### Kontakt

Patrick Schemel,  
[patrick schemel@googlemail.com](mailto:patrick schemel@googlemail.com)

### Laufgruppe

Ambitionierte Läufer mit dem Ziel an Wettkämpfen teilzunehmen (Volkslauf, Halbmarathon, Marathon).

#### Trainingszeiten

- Donnerstag, 19.00 - 20.30 Uhr, SC Önsbach Sportareal
- Sonntag, 7.30 - 9.00 Uhr, Renchen-Ulm, Waldparkplatz Kaier

#### Kontakt

Manfred König, [manfredkoe@web.de](mailto:manfredkoe@web.de)  
Christoph Schmid, Telefon [0175 4675099](tel:01754675099)

### Lauf- und Walkingtreff

15 bis 97 Jahre. Für rostende und auch noch nicht rostende Jahrgänge männlich oder weiblich, die Spass am geselligen Sport haben und sich fit halten wollen.

#### Trainingszeiten

- Im Sommer: Mittwochs 20 - 21 Uhr, an der Sportgaststätte
- Winterzeit/Dunkelheit: Mit dem 1.10. geht es schon um 19 Uhr los!

#### Kontakt

Bernhard Kast, Telefon [07841 25588](tel:0784125588)

