

wir starten durch...

# IfL – Laufstart / Laufftreff – 2025



## FITNESS IST EIN STÜCK LEBENSQUALITÄT



Interessengemeinschaft für Langstreckenlauf

Die IfL Hof lädt alle am Laufen Interessierte zu den regelmäßigen Laufftreffs ein:

### ...➤ **LAUFFTREFF DIENSTAG**

immer um 18.45 Uhr  
am Parkplatz Lettenbachweg  
(Laufftreffstart ist am 01.04.2025 um 18:15 Uhr)

### ...➤ **LAUFFTREFF DONNERSTAG**

immer um 18.45 Uhr  
am Wilo-Parkplatz Heimgartenstraße

#### Lauffgruppen sind unterteilt in:

- ...➤ • Freizeitläufer, Lauffgruppen 7 km/h und 10 km/h sowie eine Lauffgruppe für Halbmarathon
- 3 Walking-Gruppen
- 3 Nordic-Walking-Gruppen

...➤ Weitere Infos über die IfL Hof unter: [www.ifl-hof.de](http://www.ifl-hof.de)  
Telefon 09281 8600981 | e-Mail: [gs@ifl-hof.de](mailto:gs@ifl-hof.de)



Wann/Datum:  
Uhrzeit/Start:  
Wo? / Treffpunkt:

**Dienstag, 01. April 2025**  
**Treffpunkt: ab 18:15Uhr / Laufen: ab 18:45 Uhr**  
**am Parkplatz Lettenbachsee / Hof Saale**

**Team: Laufen / NW / W**