

**April 2019**

Liebe Mitgliederinnen und Mitglieder,  
liebe Freundinnen und Freunde des Barbarossalaufs in Erlenbach a. Main,

endlich Frühling. Abends ist es endlich wieder länger hell und somit machen alle Aktivitäten nach Feierabend oder am Wochenende noch mehr Spaß.

**Sommerzeit ab 31.03.2019**

### Lauftreff im April

Ab April haben sich die Treffpunkte geändert. Die regulären Lauftrefftermine bis Oktober sind nun

- Sonntag 10:00 Uhr – Treffpunkt: Bergschwimmbad - Eingang
- Donnerstag 19:00 Uhr – Treffpunkt: Waldfriedhof – Oberer Eingang (Bushaltestelle)

**Bitte beachtet die Änderung der Treffpunkte.**

### Start in den Sommer

Am Donnerstag, 04.04.2019 starten wir traditionell am Waldfriedhof in den Sommer. Wie immer gibt es am Ende der Laufrunde einen kleinen Umtrunk und wir treffen uns dann anschließend gegen 20:30 Uhr zum Läuferstopp im Bistro „Al Centro“ zum gemütlichen Ausklang.

Wir hoffen, dass viele sowohl zum Laufen als auch zum Läuferstopp dabei sind, um in schöner Runde in den Sommer zu starten.

### Triathlon – die Saison steht vor der Tür!

Einige unserer Triathleten waren bereits in südlichen Gefilden zum Training um sich auf ihre Wettkämpfe vorzubereiten. Nun ist speziell das Radfahren ohne weiteres auch bei angenehmeren Temperaturen hier in der Region möglich und in wenigen Wochen geht es dann auch schon wieder aus dem Hallenbad ins Freibad oder in den Badensee zum Trainieren.

Die Wettkampfsaison beginnt dann ab Mai mit den ersten Triathlon-Veranstaltungen.

### Sportliche Höhepunkte

Ein wichtiger Termin ist für viele der Engelberglauf in Großheubach als erster Hätetest der Saison und natürlich auch für diejenigen, die im Mai dann in Bamberg beim Weltkulturerbelauf starten.

Jetzt gibt es nahezu jedes Wochenende interessante Veranstaltungen:

- 06.04.2019 – Schlappeseppel Marktplatzlauf in Großostheim
- 06.04.2019 – Kurparklauf in Bad König
- 07.04.2019 – Wasserlauf in Seligenstadt
- 13.04.2019 – Engelberglauf in Großheubach
- 14.04.2019 – Vegrennen – Laufend Tieren helfen in Langenselbold
- 22.04.2019 – Osterlauf in Rodgau

Jetzt ist es fast immer möglich eine Runde zu drehen; sei es Laufen, Radfahren oder auch mal Nordic Walking. Hauptsache Bewegung.

Über die Whatsapp-Gruppe findet sich bestimmt auch schnell und unkompliziert der ein oder andere Mitläufer oder Mitfahrer.

**Wir wünschen euch allen einen schönen April, der weiß was er will!**

