



Du bist Anfänger oder Wiedereinsteiger? Dafür ist bei uns Walkern die **Stadtwaldrunde** gut geeignet!

Trainingstage für Winter 2023/2024

Von Oktober bis April

WALKER

Ruhrauen Runde

Montags (wöchentlich)

Uhrzeit: 18.00 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz hinter Kik

Ruhrau 39, 45279 Essen

7,5 Kilometer

Bitte beachten! An Feiertagen sowie am Rosenmontag fallen alle Walkinggruppen aus.

Wechselrunde

Mittwochs (wöchentlich)

Uhrzeit: 18.00 Uhr

Treffpunkt: wechselnd

Angebot: ca. 5 – 7 Kilometer



Gruga-Runde

Ungerade Kalenderwoche

Treffpunkt: Gruga – Eingang Mustergärten

Lührmannstraße, 451249 Essen

Zollverein-Runde

Gerade Kalenderwoche

Treffpunkt: Ruhmuseum Rolltreppe

Fritz-Schupp-Straße, 45141 Essen

Stadtwaldrunde

Freitags (wöchentlich)

Uhrzeit: 16.00 Uhr

Treffpunkt: Wanderparkplatz Stadtwald

Ägidiusstraße, 45133 Essen



Kümmerer der Walker: Detlef Witthoff

Handy: 0176 50 72 43 56

Email: LustigeSchleicherWalker@gmail.com

Facebook: [Lauftreff Lustige Schleicher Essen](https://www.facebook.com/LauftreffLustigeSchleicherEssen)

Homepage: www.lustige-schleicher.de