

Vorbereitung auf den Himmelgeister Halbmarathon beginnt

HIMMELGEIST (RP) Auf 21,1 Kilometern erwartet die Läufer beim Himmelgeister Halbmarathon am Samstag, 3. Juli (Start: 8 Uhr), ein flacher, asphaltierter Rundkurs von Himmelgeist aus am Rhein entlang über die Fleher Brücke, den Neusser Sporthafen und die Südbrücke weiter am Rhein entlang zurück zum Ziel in Himmelgeist. Zum Zieleinlauf kann sich jeder Läufer vorab seine persönliche Einlaufmusik wünschen: „personalize your finish“ nennt die LG Himmelgeist diesen individuellen Service. Die Siegerehrung findet im Rahmen der After Run Party traditionell im Biergarten des Haus Kretvet statt. Der professionelle Trainingsplan von Marathon-Olympiateilnehmer Manfred Steffny beginnt am Montag, 12. April, und soll systematisch zu einer Halbmarathon-Zielzeit unter zwei Stunden führen.

Unter www.LG-Himmelgeist.de finden interessierte Läufer und Zuschauer alle Informationen zum Lauf und die online-Anmeldung.