



## Adler-Läuferinnen freuen sich auf neue Gesichter

Die Trainingsgruppe des LC Adler Bottrop rund um Trainerin Mareike Ressing (r.) sucht Verstärkung. Die Läuferinnen treffen sich dienstags um 18 Uhr sowie freitags um 17.45 Uhr am Jahnstadion zum regelmäßigen Training. Unter fachgerechter Anlei-

tung und individueller Trainingsplanung in der Gruppe können die persönlichen Laufzeiten über unterschiedliche Strecken verbessert werden. „Ob erprobte Läufer oder Wiedereinsteiger, alle sind willkommen“, sagt Mareike Ressing. FOTO: LCA