

ALLE INFOS ZUM DIABETES LAUFTREFF

Zeitraum : 06. Mai - 28. November 2026

Termine: ca. 45 Einheiten, auch ein späterer Einstieg ist möglich!

Zeiten:

Mai – November:

samstags, 09:00 - 10:00 Uhr

April – inkl. August:

zusätzlich mittwochs, 19:00 - 20:00 Uhr

(im Falle von schlechtem Wetter steht ein Kursraum zur Verfügung)

Kosten: 125 Euro für SSF Mitglieder,
150 Euro für Nicht-Mitglieder

Treffpunkt: SSF Bootshaus Beuel
Rheinaustraße 269, 53225 Bonn
(vor dem Fitness-Studio, s. Bild links)
Parkplätze vor Ort sind vorhanden.

Mitzubringen:

Sofern vorhanden: Eigene Pulsuhr
Wetterfeste Kleidung und Schuhe

DIABETES LAUFTREFF

FÜR DIABETIKER & LAUFINTERESSIERTE

**AM BEUELER RHEINUFER
AB MAI 2026**

SCHWIMM- UND SPORTFREUNDE BONN 1905 E.V.



Anmeldung: (siehe QR-Code)
<https://kursverwaltung.ssfbonn.de/de/alle-angebote/diabetes-lauftreff/>

DIABETES LAUFTREFF 2026

IHR KONTAKT
ZU UNS

Unter fachkundiger Anleitung von Diplom-Sportlehrerin Dagmar Linck (Lauftrainerin seit 1997) und in Begleitung einer Ärztin/Diabetologin (Dr. Ulrike Becker) treffen wir uns wöchentlich am Bootshaus in Beuel.

Wir trainieren gemeinsam mit dem Ziel, uns für sportliche Aktivitäten zu begeistern, uns sensibel für eine aktive Regulation des Zuckerhaushaltes zu machen und unsere Gesundheit nachhaltig zu verbessern!

Ist der Kurs für mich geeignet?

Das Angebot richtet sich an Menschen mit allen Diabetes-Typen, Laufinteressierten und fortgeschrittenen Lauffreunden, die Anschluss suchen. Auch Walker:innen sind willkommen! Eine Erkrankung an Diabetes ist keine Voraussetzung. Alle Teilnehmenden werden im Rahmen ihrer Möglichkeiten gefördert.

Machen Sie den ersten Schritt!

Sie sind noch unsicher und möchten unser Angebot erst einmal ausprobieren? Sie haben noch weitere Fragen? Kein Problem!

Melden Sie sich gern im Vorfeld bei uns (siehe Kontakt) – wir helfen Ihnen gerne weiter und vereinbaren einen kostenlosen Schnupper-Termin!

Die Laufgruppe freut sich auf Sie!



Geschäftsstelle

Persönliche Beratung:

Infotheke Sportpark Nord
Kölustr. 250, 53117 Bonn
Mo und Do: 15-18 Uhr
Mi und Fr: 10-13 Uhr

Telefonberatung:

0228-676868
Mo und Do: 9-18 Uhr
Di und Mi : 9-16 Uhr
Fr: 9-13 Uhr
E-Mail: kurse@ssfbonn.de
Web: www.ssfbonn.de

