



Gemeinsames Lafevent am 20.09.2022 zum internationalen Tag des Hochschulsports (IDUS)

Liebe Studierende, Mitarbeitende und Ehemalige!

Am 20.09.22 findet der internationale Tag des Hochschulsports (IDUS) statt und alle sind aufgerufen, ihre Laufschuhe zu schnüren. Es geht darum, innerhalb von 60 Minuten so viele Kilometer wie möglich zu Fuß zurückzulegen – sowohl für sich selbst, als auch für die eigene Hochschule. Wichtig ist, sich zu bewegen und Spaß dabei zu haben und Kilometer für die TU Clausthal zu sammeln.

Lasst uns in diesem Jahr den Titel holen!!!

Die kostenfreie Anmeldung zum adh-HOCHSCHULLAUF ist ab sofort möglich: <https://my.raceresult.com/210888/registration>

Nach dem Lauf heißt es: Einfach das eigene Ergebnis per Smartwatch oder Running-App tracken, fotografieren und online einreichen.

Wenn Du keine Lust hast alleine zu laufen, dann bieten wir Dir folgendes Rahmenprogramm an:

- Individuelles Laufen auf der 400m Bahn im eigenen Tempo begleitet durch motivierende Musik
- in kleinen Gruppen könnt ihr mit verschiedenen Übungsleitenden durch den Harz laufen, keine Sorge wir finden die passende Laufgruppe für Jeden
- oder lieber mit oder ohne Stöcken walken, auch dafür haben wir eine:n Übungsleitende:n für euch

Wann: 20.09.2022 um 16:00 Uhr auf unserem Sportgelände (Gerhard-Rauschenbach-Str. 20)

Wir freuen uns auf dich! Lasst uns gemeinsam etwas bewegen!