

**„Wenn du mein Herz tröstest, so laufe ich den Weg deiner Gebote.“**

**Psalm 119, 32**

**Gerne möchten wir auf den „Churchtrail“ durch die Kirchen Kölns hinweisen.  
Köln entdecken und Sport & Spirit erleben!**

In der Innenstadt Kölns wollen wir mit euch gemeinsam die imposanten Kirchenräume erkunden und die 8 km lange Strecke laufend / joggend bewältigen.

Wir möchten euch ein Erlebnis von Sport, Freude und Glaube ermöglichen.

Um eine für alle passende Gruppeneinteilung vornehmen zu können, bitten wir bei Anmeldung um eine Selbsteinschätzung der sportlichen Fähigkeiten („ich laufe schnell / moderat / eher langsam“).

Der Ablauf des „Churchtrail“ sieht wie folgt aus:

Start: 11.00 Uhr, CRUX Kirche, Zint-Jan-Straße 1, Köln

Absolvieren der 8 km langen Strecke

Stationen in den Kirchen: jeweils ein kleiner geistlicher Impuls

Anschließend: kleine Snacks und leckere Getränke

Ende: etwa 13.30 Uhr

Die Teilnahme ist kostenlos.

Anmeldungen gehen an die: [info@jdkvkoeln.de](mailto:info@jdkvkoeln.de)

Wir hoffen Euer Interesse geweckt zu haben.

Mit sportlichen Grüßen

**Das Team des DJK Sportverband**



**DJK**  
Sportverband  
DJK Sportverband Köln e.V.  
ERZBISTUM KÖLN

**CHURCHTRAIL**  
DER LAUF DURCH  
DIE KÖLNER  
KIRCHEN

- Der Entdeckungslauf am Vortag des Kölnmarathons
- Die spannendste Gelegenheit die Stadt zu erkunden, sich einzulaufen und Kölner Kirchen kennenzulernen
- 8km Laufstrecke durch 5 Kölner Kirchen
- Erläuterung zu den Kirchen und spirituelle Impulse
- Getränke und Snacks in der Zielverpflegung
- Teilnahme kostenlos

Anmeldung unter: [info@jdkvkoeln.de](mailto:info@jdkvkoeln.de)

**1. OKT 2022**  
START: 11:00 UHR  
DISTANZ: 8KM  
[WWW.DJKOVKOELN.DE](http://WWW.DJKOVKOELN.DE)