

Neuer Laufkurs

Mit Euren Lauftrainern Bianca, Sabrina, Susanne und Dr. Michael Kroll



01.10. bis 31.12.2019

Voraussetzung:

50 min Laufen ohne Pause, egal wie langsam

Kursgebühr:

Kostenlos für Highlight-Mitglieder; 95,-€ für sonstige Teilnehmer.

Selbstverständlich können auch alle Nicht-Mitglieder, die an

diesem Kurs teilnehmen, unser Studio während dieser Zeit wie ein Vollmitglied nutzen.

Treffpunkt:

Sonntag 09:30 Uhr, Mittwoch 18:00 Uhr

Mi.	02.10.	Treffpunkt	18:00 Uhr	Sportstudio Highlight - Bianca
So.	06.10.	Treffpunkt	09:30 Uhr	Degendorf - Michael
Mi.	09.10.	Treffpunkt	18:00 Uhr	Angerturnhalle Michelau - Bianca
So.	13.10.	Treffpunkt	09:30 Uhr	Parkplatz Friedhof Bad Staffelstein - Susanne
Mi.	16.10.	Treffpunkt	18:00 Uhr	Sportstudio Highlight - Bianca
So.	20.10.	Treffpunkt	09:30 Uhr	Industriegebiet Michelau* - Michael
Mi.	23.10.	Treffpunkt	18:00 Uhr	Angerturnhalle Michelau - Susanne
So.	27.10.	Treffpunkt	09:30 Uhr	Parkplatz Obermain-Therme Bad Staffelstein - Bianca
Mi.	30.10.	Treffpunkt	18:00 Uhr	Sportstudio Highlight - Bianca
So.	03.11.	Treffpunkt	09:30 Uhr	Herberg Lichtenfels - Susanne
Mi.	06.11.	Treffpunkt	18:00 Uhr	Angerturnhalle Michelau - Bianca
So.	10.11.	Treffpunkt	09:30 Uhr	Ortsmitte Lettenreuth - Bianca
Mi.	13.11.	Treffpunkt	18:00 Uhr	Sportstudio Highlight - Bianca
So.	17.11.	Treffpunkt	09:30 Uhr	Degendorf - Michael
Mi.	20.11.	Treffpunkt	18:00 Uhr	Angerturnhalle Michelau - Bianca
So.	24.11.	Treffpunkt	09:30 Uhr	Grundfeld Ortsmitte - Susanne
Mi.	27.11.	Treffpunkt	18:00 Uhr	Sportstudio Highlight - Bianca
So.	01.12.	Treffpunkt	09:30 Uhr	Turnhalle TSV Marktzeuln - Bianca
Mi.	04.12.	Treffpunkt	18:00 Uhr	Angerturnhalle Michelau - Susanne
So.	08.12.	Treffpunkt	09:30 Uhr	Industriegebiet Michelau* - Michael
Mi.	11.12.	Treffpunkt	18:00 Uhr	Sportstudio Highlight - Bianca
So.	15.12.	Treffpunkt	09:30 Uhr	Herberg Lichtenfels - Michael
Mi.	18.12.	Treffpunkt	18:00 Uhr	Angerturnhalle Michelau - Bianca
So.	22.12.	Treffpunkt	09:30 Uhr	Degendorf - Michael
Do.	26.12.	Treffpunkt	09:30 Uhr	2. Weihnachtsfeiertag - Sportstudio Highlight - Susanne
So.	29.12.	Treffpunkt	09:30 Uhr	Industriegebiet Michelau* - Michael

***Treffpunkt:** Industriegebiet Michelau, aus Richtung LIF, Ampel links (bei Norma) in Siemensstr. abbiegen, nach ca. 500m links in Röntgenstr., Vorfahrtsstraße folgen (Rechtskurve), nach 200m Parken, links beginnt ein Feldweg ("Rentnerbänkla")

Sportstudio Highlight – LIF, Pabstenweg 10 – Tel. 09571/739112
www.sportstudio-highlight.de



Laufveranstaltungen 01.10. bis 31.12.2019:

Do.	03.10.	17. HONDA-Berglauf SV Höhn	www.svhoehn.de
Do.	03.10.	Sport Scheck RUN Nürnberg	www.mein.sportscheck.com
Sa.	05.10.	17. Herbstlauf Schloss-Thurn	www.herbstlauf-schloss-thurn.de
Sa.	05.10.	33. Frankenwaldlauf Ludwigschorgast	www.lg-ludwigschorgast.de
So.	06.10.	Citylauf Schwabach 2019	www.tv1848schwabach.de/citylauf
Sa.	12.10.	24. Abt-Degen-Lauf Zeil am Main	www.abt-degen-lauf.de
So.	13.10.	6. Lauf gegen Krebs Erlangen	www.uk-erlangen.de
Sa.	19.10.	34. Steigerwald Fackellauf Burghaslach	www.tsv-burghaslach.de
Sa.	19.10.	51. Döbraberglauf Hof	www.doebraberglauf.de
So.	27.10.	FSV-Lauf Erlangen	www.fsvlauf.de
Fr.	01.11.	Neustädter Sparkassen Nachtlauf	www.tsv-nea.de
Sa.	09.11.	33. Staffelberglauf	www.obermain-marathon.de
Sa.	09.11.	16. Zeiler Waldmarathon	www.zeiler-waldmarathon.de
So.	10.11.	TÜV-Rheinland Indoormarathon Nbg.	
So.	10.11.	21. Lebkuchenlauf Kitzingen	www.laufteam.tg-kitzingen.de
So.	24.11.	35. Memmelsdorfer Schlosslauf	www.sc-memmelsdorf.de
Sa.	07.12.	43. Forchheimer Nikolauslauf	www.lg-forchheim.de
Sa.	07.12.	13. Kordigast-Berglauf Weismain	www.tv-weismain.de
Fr.	31.12.	17. Silvesterlauf Nürnberg	www.team-klinikum-nuernberg.de
Fr.	31.12.	10. Silvesterlauf Bad Staffelstein	www.obermain-marathon.de

DER WEG IST DAS ZIEL!!!