Laufgruppe 01.10. bis 31.12.2025

Voraussetzung: **Ca. 60 bis 75min. laufen mit wechselnden Geschwindigkeiten**

Kursgebühr: **Kostenlos für Highlight-Mitglieder; 109 € 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**

Wochentag	Datum	Uhrzeit	Treffpunkt	Trainer
Mi	01.10.25	18 Uhr	Sportstudio Highlight	Bianca
So	05.10.25	9:30 Uhr	Herberg Lichtenfels	Michael
Mi	08.10.25	18 Uhr	Pendlerparkplatz BOSS-Möbel LIF	Susanne
So	12.10.25	9:30 Uhr	Turnhalle TSV Marktzeuln	Bianca
Mi	15.10.25	18 Uhr	Friedenslinde Lichtenfels	Susanne
So	19.10.25	9:30 Uhr	Industriegebiet Michelau	Michael
Mi	22.10.25	18Uhr	Sportstudio Highlight	Susanne
So	26.10.25	9:30 Uhr	Industriegebiet Michelau	Michael
Mi	29.10.25	18 Uhr	Angerturnhalle Michelau	Bianca
So	02.11.25	9:30 Uhr	Obermain-Therme Bad Staffelstein	Susanne
Mi	05.11.25	18 Uhr	Sportstudio Highlight	Bianca
So	09.11.25	9:30 Uhr	Degendorf	Michael
Mi	12.11.25	18 Uhr	Angerturnhalle Michelau	Bianca
So	16.11.25	9:30 Uhr	Ortsmitte Lettenreuth	Michael
Mi	19.11.25	18 Uhr	Sportstudio Highlight	Susanne
So	23.11.25	9:30 Uhr	Seehof	Michael
Mi	26.11.25	18 Uhr	Angerturnhalle Michelau	Susanne
So	30.11.25	9:30 Uhr	Sportgelände 1. FC Marktgraitz	Bianca
Mi	03.12.25	18 Uhr	Sportstudio Highlight	Susanne
So	07.12.25	9:30 Uhr	Herberg Lichtenfels	Michael
Mi	10.12.25	18 Uhr	Angerturnhalle Michelau	Bianca
So	14.12.25	9:30 Uhr	Degendorf	Michael
Mi	17.12.25	18 Uhr	Sportstudio Highlight	Bianca
So	21.12.25	9:30 Uhr	Industriegebiet Michelau	Michael
Mi	**24.12.25**	**18 Uhr**	**HEILIG ABEND -KEIN TRAINING-!!!**	
So	28.12.25	9:30 Uhr	Industriegebiet Michelau	Michael
Mi	**31.12.25**	**18 Uhr**	**SILVESTER – KEIN TRINING-!!!**	

LAUFVERANSTALTUNGEN

OKTOBER – DEZEMBER 2025

DER WEG IST DAS ZIEL!

WEITERE INFOS:

***Treffpunkt: Industriegebiet Michelau aus Richtung LIF, Ampel links (bei Norma) in Siemensstraße abbiegen, nach ca. 500m links in Röntgenstraße, Vorfahrtsstraße folgen (Rechtskurve),**
nach 200m parken, links beginnt ein Feldweg („Rentnerbänkla“).