Laufgruppe 01.10. bis 31.12.2026

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
So	04.10.26	9:30 Uhr	Herberg Lichtenfels	Michael
Mi	07.10.26	18 Uhr	Sportstudio Highlight	Susanne
So	11.10.26	9:30 Uhr	Aqua Riese – Bad Staffelstein	Susanne
Mi	14.10.26	18 Uhr	Sportgelände 1. FC Marktgraitz	Bianca
So	18.10.26	9:30 Uhr	Industriegebiet Michelau	Michael
Mi	21.10.26	18 Uhr	Ortsmitte Lettenreuth	Bianca
So	25.10.26	9:30 Uhr	Industriegebiet Michelau	Michael
Mi	28.10.26	18 Uhr	Angerturnhalle Michelau	Bianca
So	01.11.26	9:30 Uhr	Degendorf	Michael
Mi	04.11.26	18 Uhr	Sportstudio Highlight	Susanne
So	08.11.26	9:30 Uhr	Herberg Lichtenfels	Michael
Mi	11.11.26	18 Uhr	Angerturnhalle Michelau	Susanne
So	15.11.26	9:30 Uhr	Herberg Lichtenfels	Michael
Mi	18.11.26	18 Uhr	Sportstudio Highlight	Bianca
So	22.11.26	9:30 Uhr	Sportgelände 1. FC Marktgraitz	Bianca
Mi	25.11.26	18 Uhr	Angerturnhalle Michelau	Bianca
So	29.11.26	9:30 Uhr	Reundorf Ortsausgang Richtung Hausen	Susanne
Mi	02.12.26	18 Uhr	Sportstudio Highlight	Susanne
So	06.12.26	9:30 Uhr	Industriegebiet Michelau	Michael
Mi	09.12.26	18 Uhr	Angerturnhalle Michelau	Bianca
So	13.12.26	9:30 Uhr	Degendorf	Michael
Mi	16.12.26	18 Uhr	Sportstudio Highlight	Bianca
So	20.12.26	9:30 Uhr	Industriegebiet Michelau	Michael
Mi	23.12.26	18 Uhr	Angerturnhalle Michelau	Susanne
So	27.12.26	9:30 Uhr	Herberg Lichtenfels	Michael
Mi	30.12.26	18 Uhr	Sportstudio Highlight	Susanne

LAUFVERANSTALTUNGEN

OKTOBER – DEZEMBER 2026

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“).