

# Neuer Laufkurs

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



## 01.04. bis 30.06.2020

**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.	01.04.	Treffpunkt	18:00 Uhr	Friedenslinde Lichtenfels - Bianca
So.	05.04.	Treffpunkt	09:30 Uhr	Reundorf, Ortsausgang Richtung Hausen - Susanne
Mi.	08.04.	Treffpunkt	18:00 Uhr	Trieb, Ortsausgang Richtung Hochstadt - Bianca
Mo.	<b>13.04.</b>	Treffpunkt	09:30 Uhr	<b>OSTERMONTAG</b> - Herberg Lichtenfels - Michael
Mi.	15.04.	Treffpunkt	18:00 Uhr	Ortsmitte Lettenreuth - Bianca
So.	19.04.	Treffpunkt	09:30 Uhr	Sportplatz Borussia Siedlung Lichtenfels - Bianca
Mi.	22.04.	Treffpunkt	18:00 Uhr	Friedhof Mistelfeld - Bianca
So.	26.04.	Treffpunkt	09:30 Uhr	Industriegebiet Michelau* - Michael
Mi.	29.04.	Treffpunkt	18:00 Uhr	Sportplatz FC Marktgraitz - Bianca
So.	03.05.	Treffpunkt	09:30 Uhr	Herberg Lichtenfels - Michael
Mi.	06.05.	Treffpunkt	18:00 Uhr	Angerturnhalle Michelau - Bianca
So.	10.05.	Treffpunkt	09:30 Uhr	Friedenslinde Lichtenfels - Susanne
Mi.	13.05.	Treffpunkt	18:00 Uhr	Sportstudio-Highlight - Bianca
So.	17.05.	Treffpunkt	09:30 Uhr	Parkplatz Obermain-Therme Bad Staffelstein - Sabrina
Mi.	20.05.	Treffpunkt	18:00 Uhr	Sportplatz Borussia Siedlung Lichtenfels - Susanne
So.	24.05.	Treffpunkt	09:30 Uhr	Degendorf - Bianca
Mi.	27.05.	Treffpunkt	18:00 Uhr	Turnhalle TSV Marktzeuln - Bianca
So.	31.05.	Treffpunkt	09:30 Uhr	Herberg Lichtenfels - Hans
Mi.	03.06.	Treffpunkt	18:00 Uhr	Degendorf - Hans
So.	07.06.	Treffpunkt	09:30 Uhr	Industriegebiet Michelau* - Michael
Mi.	10.06.	Treffpunkt	18:00 Uhr	Friedenslinde Lichtenfels - Susanne
So.	14.06.	Treffpunkt	09:30 Uhr	Sportplatz FC Marktgraitz - Bianca
Mi.	17.06.	Treffpunkt	18:00 Uhr	Herberg Lichtenfels - Michael
So.	21.06.	Treffpunkt	09:30 Uhr	Parkplatz Obermain-Therme Bad Staffelstein - Sabrina
Mi.	24.06.	Treffpunkt	18:00 Uhr	Degendorf - Susanne
So.	28.06.	Treffpunkt	09:30 Uhr	Parkplatz Obermain-Therme Bad Staffelstein - Sabrina

*\*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")*



### **Laufveranstaltungen 01.04. bis 30.06.2020:**

So.	05.04.	15. Obermain-Marathon Bad Staffelstein	<a href="http://www.obermain-marathon.de">www.obermain-marathon.de</a>
Sa.	18.04.	11. Post SV Frühjahrslauf Nürnberg	<a href="http://www.fruehjahrslauf.com">www.fruehjahrslauf.com</a>
Sa.	25.04.	31. Steinachtallauf SGB Stadtsteinach	<a href="http://www.steinachtallauf.de">www.steinachtallauf.de</a>
So.	26.04.	32. Residenzlauf Würzburg	<a href="http://www.residenzlauf.de">www.residenzlauf.de</a>
So.	03.05.	21. Altenburg-Bergsprint	<a href="http://www.altenburgverein.de">www.altenburgverein.de</a>
Sa.	09.05.	13. Seno-Cura-Lauf Bayreuth	<a href="http://www.svbayreuth.de">www.svbayreuth.de</a>
Sa.	09.05.	6. Sparkassen NightRun Coburg	<a href="http://www.runningbros.de">www.runningbros.de</a>
So.	17.05.	MainCity-Run Schweinfurt	<a href="http://www.laufen-triathlon.de/maincityrun">www.laufen-triathlon.de/maincityrun</a>
So.	17.05.	18. Maisels FunRun Bayreuth	<a href="http://www.maisel.com/funrun">www.maisel.com/funrun</a>
Do.	21.05.	27. Lucas-Cranach-Lauf	<a href="http://www.asc-marktrodach.de">www.asc-marktrodach.de</a>
Sa.	23.05.	Metropolmarathon Fürth	<a href="http://www.metropolmarathon.de">www.metropolmarathon.de</a>
So.	24.05.	16. Veitensteinlauf Priegendorf	<a href="http://www.lg-veitenstein.de">www.lg-veitenstein.de</a>
Sa.	24.05.	Volkslauf „Rund um die Ködeltalsperre“	<a href="http://www.koedeltalsperrelauf.de.tl">www.koedeltalsperrelauf.de.tl</a>
Fr.	29.05.	5. Tiergartenlauf Nürnberg	<a href="http://www.tiergartenlauf-nuernberg.de">www.tiergartenlauf-nuernberg.de</a>
So.	07.06.	Frankenweg-Trail Ebermannstadt	<a href="http://www.frankenweglauf.de">www.frankenweglauf.de</a>
Sa.	20.06.	10. Flechtkulturlauf Obermain	<a href="http://www.flechtkulturlauf.de">www.flechtkulturlauf.de</a>
Sa.	20.06.	Babenberger Volkslauf Bamberg	<a href="http://www.babenberger-voklslauf.de">www.babenberger-voklslauf.de</a>
So.	21.06.	3. Jura-Trail + 34. Burgholzlauf Scheßlitz	<a href="http://www.laufgruppe-tsv-schesslitz.de">www.laufgruppe-tsv-schesslitz.de</a>
So.	21.06.	Mainauenlauf Bayreuth	<a href="http://www.malicrew.de">www.malicrew.de</a>
Sa.	27.06.	11. Run-and-Bike-Night Coburg	<a href="http://www.runandbike-team.de">www.runandbike-team.de</a>
So.	28.06.	8. Uni-Lauf Bamberg	<a href="http://www.uni-bamberg.de/?id=74138">www.uni-bamberg.de/?id=74138</a>
So.	28.06.	24. Lindwurmlauf Scheinfeld	<a href="http://www.tsvscheinfeld.de">www.tsvscheinfeld.de</a>

**DER WEG IST DAS ZIEL!!!**

**Vormerken: So. 05.07.2019 – 40. VR-Bank-Lauf „Rund um die Veste Coburg“**  
**[www.veste-lauf.de](http://www.veste-lauf.de)**