

# Laufgenuß für Alle, die es nicht eilig haben



Alle Termine 2025 auf einen Blick:

**Wann:** Samstag 20.09.2025 um 9:00h  
Samstag 11.10.2025 um 10:00h  
Samstag 15.11.2025 um 10:00h  
Samstag 20.12.2025 um 10:00h

**Wo:** Wird jeweils in der Woche vor dem Lauf bekannt gegeben

**Und was ist der Plan?** 🤔

Wir bieten zwei Gruppen, entscheidet selbst, worauf Ihr Lust habt:

- **(Nordic) Walking** ca. 5-6 km
- **Lockerer Trailrun** (bergauf gehen oder je nach Lust laufen, flach und bergab entspannt rennen), Streckenlänge: ca. 6 km

Wir freuen uns auf schöne, gemeinsame Erlebnisse 😊

Susanne & Andreas

Susanne & Andreas