

Laufgenuß für Alle, die es nicht eilig haben



Alle Termine auf einen Blick:

Wann: Samstag 15.11.2025 um 10:00h
Samstag 20.12.2025 um 10:00h

Samstag 17.01.2026 um 10:00h
Samstag 14.02.2026 um 10:00h
Samstag 14.03.2026 um 10:00h
Samstag 18.04.2026 um 10:00h
Samstag 09.05.2026 um 9:00h
Samstag 13.06.2026 um 9:00h
Samstag 18.07.2026 um 9:00h
Samstag 15.08.2026 um 9:00h
Samstag 19.09.2026 um 9:00h
Samstag 17.10.2026 um 10:00h
Samstag 14.11.2026 um 10:00h
Samstag 19.12.2026 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,



Susanne.Moos@Vitalpraxis-Moos.de



am@neu-denken.com