



20. Internationaler Lauf „Rund um die CONLOG-Arena“



Sonntag, 15. Juni 2014

Newsletter März 2014

Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer des vergangenen Jahres,

heute melden wir uns mit der dritten Ausgabe unseres Newsletters zum **20. Internationalen Lauf "Rund um die CONLOG-Arena"**.

Zunächst einmal das Wichtigste: am Dienstag, 2. April 2014, wird die Online-Anmeldung möglich sein und damit die „Jagd“ nach den begehrten, auf 200 Stück limitierten Kaffeetassen eröffnet. Wer zu den ersten 200 Anmeldung auf den 5,2 km- und 10km-Strecken (Laufen und Walking) gehört, bekommt die Tasse am Veranstaltungstag ausgehändigt. Sobald wir die Tassen vor Ort haben, stellen wir sie euch in einem der nächsten Newsletter exklusiv vor.

20. Internationaler Lauf
Rund um die "CONLOG-Arena"
Sonntag, 15. Juni 2014



Unser Flyer mit der Ausschreibung der Jubiläumsveranstaltung ist inzwischen aus der Druckerei zurück und wurde bereits bei den ersten Volksläufen ausgelegt. Ihr erhaltet alle Informationen natürlich auch auf unserer Website unter www.meddys-lwt.de.



Wir möchten euch in diesem Newsletter auf zwei interessante Events aufmerksam machen:

Am Dienstag, 18. März 2014, wird einer der führenden Vitalstoffexperten Deutschlands, Dr. Wolfgang Feil aus Tübingen, im JuBüz im Koblenzer Stadtteil Karthause zwei Vorträge halten. Ab 17:00 Uhr lautet sein Thema „Arthrose und Gelenkschmerzen überwinden“ (Eintritt 7 Euro an der Abendkasse).

Um 20:00 Uhr trägt er über neuesten Erkenntnisse in Sachen Sporternährung vor: „Die neue Sporternährung - mehr Leistung, höhere Vitalität, stärkeres Immunsystem“.

Ihr seid zu diesen Vorträgen herzlich eingeladen.

Sportlich geht es am Sonntag, 30. März 2014 zu. Dort bieten wir den 4. Sommerzeitlauf „Rund um die CONLOG-Arena“ an. Dabei habt ihr die Möglichkeit ohne Wettkampfcharakter im Zeitfenster von 8:00 bis 12:00 Uhr auf der originalen Strecke des CONLOG-Laufes so viele Runden zu laufen oder walken, wie ihr möchtet. Im Startbereich bieten wir euch eine Verpflegungsstelle an, an der wir warmen Tee, Isogetränk und Wasser anbieten. Auch für diese Veranstaltung erhaltet ihr weitere Informationen auf unserer Website.