Verlosung mit tollen Preisen

Jeder Starter nimmt wieder automatisch an der großen Verlosung am Ende der Veranstaltung teil.

Nach der Rückkehr von der Strecke werfen die Läufer ihre unterwegs an einem Verpflegungsstand abgestempelten Start-Karten in eine Lostrommel.
So nehmen Sie an der großen Verlosung teil.
Wie immer winken wieder attraktive Preise.

Die Hauptgewinne sind:

1. Preis	eine Ballonfahrt für zwei Personen mit dem Förstina-Ballon über die Rhön
2. + 3. Preis	ein Rundflug für eine Person (Motorflugzeug) mit Start auf der Wasserkuppe
4. – 6. Preis	ein Helikopter-Rundflug für eine Person

Hinweis: Auch in diesem Jahr veranstaltet die Fa. Mack Mountain Sport im Herbst wieder den Milseburger Herbstlauf, diesmal am Sonntag, den 7. Oktober 2018. Wer bei beiden Läufen startet (2x aktiv), nimmt an einer Sonderverlosung nach dem Milseburglauf teil.

Weitere Infos unter
www.nordic-plus.de

Kontakt: Tel. 0661/34474 · Fax: 0661/35574

Förstina SPRUDEL aktiv

www.Druckerei-Quell.de

Mit freundlicher Unterstützung von:

Bei uns können Sie landen! Poppenhausen Luftkurort an der Wasserkuppe

Nordic Walking Panorama PARK

MEDIENPARTNERSCHAFT

FULDA AKTUELL www.lokalo24.de

OSTHESSEN NEWS

tegut... gute Lebensmittel

www.papperts.de pappert

Rhönlauf 2018

Bereits zum 14. Mal!

Mit neuem Konzept „Laufen und lernen“

Sonntag, 06. Mai 2018

in Poppenhausen (Wasserkuppe)

Platz neben dem Von-Steinrück-Haus
(an der Straße nach Abtsroda)

10.30 Uhr gemeinsamer Start

Förstina SPRUDEL aktiv

Bereits zum 14. Mal!

Der Rhönlauf in Poppenhausen (Wasserkuppe) ist die traditionsreichste jährliche Großveranstaltung der Nordic Walker in Deutschland. Sie findet in diesem Jahr unter dem neuen Motto „Laufen und lernen“ statt. Zusätzlich zu den drei attraktiven Panorama-Strecken gibt es kompakte Vorträge renommierter Referenten. Osthessen-News und Fulda aktuell sind als Medienpartner mit an Bord. Und wie immer ist die Startgebühr für einen guten Zweck bestimmt.

Vor und nach dem Laufen werden jeweils drei 20-minütige Vorträge angeboten. Das Spektrum reicht vom Einstieg in die Lauftechnik über den hohen gesundheitlichen Wert des Nordic Walking (Herz/Kreislauf, Diabetes u.v.m.) bis hin zu Tipps zum Trinken und zur Ernährung beim Ausdauersport. Vortragsthemen und Anfangszeiten unter: www.nordic-plus.de

Start und Ziel: der Parkplatz neben dem Von-Steinrück-Haus. Alle Vorträge finden im Von-Steinrück-Haus statt.

Tolle Panoramastrecken mit neuen Varianten

Sie haben die Wahl zwischen drei unterschiedlich langen Panorama-Strecken:

- ca. 6 km
- ca. 9 km
- ca. 11 km

Alle Routen bieten herrliche Fernsicht.
An Verpflegungsständen auf der Strecke gibt es Förstina-Getränke, Obst von tegut und Fitness-Gebäck von Pappert. Alles gratis!

Programm

Der Rhönlauf hat die Straßenseite gewechselt. Start und Ziel ist nun der Platz neben dem Von-Steinrück-Haus, in dem auch die Vorträge stattfinden.

- 8:30 – 10:00 Uhr Vorträge
- 10:30 Uhr gemeinsamer Start
  Frühstart möglich ab 9:30 Uhr
  Letzter Start um 12:00 Uhr
- 12:30-14:00 Uhr Vorträge
- 14:00 Uhr Verlosung

Rahmenangebote auf dem Festplatz:
zünftige Gerichte, Kaffee und Kuchen, Infostände.

Anmeldung

Einzelläufer kommen einfach vorbei. Gruppen ab 6 Personen mögen sich bitte anmelden. Teilnahme auf eigene Gefahr. Das Anmeldeformular können Sie sich herunterladen unter:

www.nordic-plus.de

Anmeldeschluss für Gruppen: 03. Mai 2018
E-Mail: s.jordan@foerstina.com
Fax: (0 66 56) 5 73 99

Zwei Gruppen werden prämiert.

Startgebühr für einen guten Zweck

Einzelläufer zahlen am Start 3,00 Euro,
Gruppenteilnehmer 2,00 Euro.
Wie immer wird die Startgebühr in voller Höhe für einen guten Zweck gespendet.

Kinder und Jugendliche bis 14 Jahre frei.