

1. I like it-Frauenlauf in Kärnten

...denn ohne Frau läuft nichts...



Hallo ihr Lieben,

wir freuen uns euch mitteilen zu dürfen, dass es erstmalig in Kärnten einen Frauenlauf, im Zeichen aller sportbegeisterten Frauen, die Spaß am Laufen haben und einen unvergesslichen Tag unter sich erleben wollen, geben wird.

Euer Gesundheits- und Wohlfühlstudio – nämlich wir – euer I LIKE IT - veranstaltet am **01. Mai 2018 in Velden am Wörthersee**

ein Lafevent rein für unsere Damenwelt, zu dem wir euch alle recht herzlich einladen wollen.

Seid dabei, wenn es heißt: Girls just wanna have fun and run!

TIMELINE:

Wir starten gemeinsam mit euch in den Dienstag **ab 08.00** Uhr mit voller Power und einem Namaste-Sonnengruß,

der als **Warmup** dient und den Körper locker, aber konzentriert auf den darauffolgenden Lauf vorbereiten soll.

Um **09.00 Uhr** heißt es dann: **READY, RUN ...**

Alle Teilnehmerinnen starten gemeinsam vor dem Casino in Velden. Gelaufen werden rund 5 km (4 Runden). Egal ob Laufprofis oder Hobbysportlerinnen die Strecke wurde von uns so gewählt, dass sie für alle Frauen gleich angenehm zu laufen und zu bewältigen ist!

(Sollten euch die „5 km“ jetzt abgeschreckt haben – IHR SCHAFFT DAS!!!

Wir bieten euch ab nun jeden Mittwoch 19.30 Uhr und jeden Samstag 14.00 Uhr (Start: Studio I LIKE IT – Görzer Allee) ein Lauftraining, bei dem wir uns gemeinsam mit euch auf die Streckenlänge vorbereiten, an. Mitmachen kann jeder!)

Im Übrigen: We have to say ... Wir laufen am 1. Mai gemeinsam für den guten Zweck!!!

Für jeden gelaufenen Kilometer geht 1 Euro an die Pink Ribbon-Aktion der österreichischen Krebshilfe zur finanziellen Unterstützung von Brustkrebspatientinnen in Kärnten.

Garantiert wird jede Menge Spaß, gute Stimmung und tolle Erinnerungen...

Gemeinsam mit euch lassen wir den Tag bei der Siegerehrung mit großer Verlosung, bei der ihr tolle Preise gewinnen könnt, ausklingen.

Alle Fotos und Videos vom Event können von euch danach kostenlos auf www.weekend.at heruntergeladen werden!

SAVE THE DATE:

01. Mai 2018, Velden am Wörthersee

Beginn: 08.00 Uhr (Warmup - Kurpark Velden)

Start: 09.00 Uhr (Casino Velden)

Anmeldung unter: www.pentek-timing.at / <http://www.kaernten-frauenlauf.at/>

Wir freuen uns auf Euch!