

Deutschlandstaffel 2013

vom 9. bis 15. Juni

14 Läufer – 7 Tage – 800 Kilometer

Im Rahmen des 25-jährigen Jubiläums des Deutschen Lauftherapiezentrum (DLZ) machen wir uns auf den Weg quer durch Deutschland.

und die Philosophie der Lauftherapie zu vermitteln. Jeder ist eingeladen mitzumachen und das Laufen einmal selbst zu versuchen.

Unser Ziel ist es, möglichst viele Menschen zu erreichen

Strecke und Aktionen

1. Etappe:	09.06.2013	München über Dachau	  	– Augsburg	(68 km)
2. Etappe:	09.06.2013	Augsburg		– Ulm	(78 km)
3. Etappe:	10.06.2013	Ulm über Blaubeuren	  	– Reutlingen	(76 km)
4. Etappe:	10.06.2013	Reutlingen		– Stuttgart	(40 km)
5. Etappe:	11.06.2013	Stuttgart über Pforzheim	  	– Karlsruhe	(89 km)
6. Etappe:	11.06.2013	Karlsruhe	  	– Darmstadt	(120 km)
7. Etappe:	12.06.2013	Darmstadt	  	– Frankfurt	(37 km)
8. Etappe:	13.06.2013	Frankfurt		– Bad Wildungen	(151 km)
9. Etappe:	14.06.2013	Bad Wildungen	 	– Kassel	(42 km)
10. Etappe:	15.06.2013	Kassel		– Paderborn	(82 km)
11. Etappe:	15.06.2013	Paderborn	 	– Bad Lippspringe	(11 km)
Zieleinlauf:	15.06.2013	Bad Lippspringe	  		

Vorträge und Dialog

Ulm

Vortrag „Laufen als Ausdruck von Lebensfreude“

Reutlingen

Vortrag „Gesundheitsorientiertes Laufen – für was und für wen“

Stuttgart

Dialog „Lauftherapie bei Asthma“

Darmstadt

Vortrag „Laufen hilft gegen Depressionen“

Frankfurt

Dialog „Lauftherapie bei Adipositas“

Dialog „Marathontraining“

Bad Wildungen

Vortrag „Coaching am Arbeitsplatz“

Kassel

Vortrag „Laufen zur Steigerung von Ausdauerfähigkeit“

Dialog „Laufen mit Suchtkranken“

Dialog „Laufen mit einem Jugendlichen und intensivpädagogischen Betreuungsbedarf“



Gesundheitsmobil



Treffpunkt zum Mitlaufen



Pressekonferenz

Weitere Details zum Streckenverlauf: www.bkkvorort.de/laufstrecke



Anmeldung und Kontakt zur Deutschlandstaffel

Helmuth Weil

Grüner Weg 23 . 53175 Bonn
Tel. 0228-3867949 . Mobil 01577-7263415
E-Mail: helmuthweil@t-online.de
www.weiraflex.de

Uli Kormann

Bremerstraße 9 . 46342 Velen-Ramsdorf
Tel. 02863-761067 . Mobil 0179-910495
E-Mail: ukormann@t-online.de

Das Deutsche Lauftherapiezentrum

Vor 25 Jahren wurde das Deutsche Lauftherapiezentrum e. V. auf die Initiative von Herrn Prof. Dr. Alexander Weber gegründet. Seit dem ist die Förderung einer gesunden Lebensweise das Hauptziel des DLZs.

Am 15. Juni veranstaltet das Deutsche Lauftherapiezentrum eine Jubiläumsfeier in Bad Lippspringe mit verschiedenen Vorträgen, Workshops und Livemusik.



Anmeldung und Information:

Deutsches Lauftherapiezentrum e. V. (DLZ)

An der Jordanquelle 22 . 33175 Bad Lippspringe
Tel. 05252-930684 . Fax 05252-935893
E-Mail: info@lauftherapiezentrum.de
www.lauftherapiezentrum.de

„Die Lauftherapie ist ein ganzheitlicher, unspezifischer Weg zur Prophylaxe und Behandlung von Beeinträchtigungen im physischen und psychischen Bereich.“

(DLZ-Dozentenkonferenz 1993)

Die Deutschlandstaffel wird unterstützt von



Barmenia Versicherungen

Die Barmenia steht für regionales Engagement und nachhaltiges Wirtschaften, Werte die ihre Unternehmensphilosophie prägen. Das gilt natürlich auch für ihre Produkte, die immer am persönlichen Bedarf und der Lebenssituation ihrer Kunden ausgerichtet sind.

www.barmenia.de

BKK vor Ort

Als gesetzliche Krankenversicherung steht die BKK vor Ort für Nähe zum Kunden, sowohl räumlich als auch emotional. Denn richtig krankenversichert zu sein, bedeutet bei kleinen und großen Erkrankungen die bestmögliche Versorgung zu erhalten.

www.bkkvorort.de

Alle Informationen zur Kooperation „Zwei für mich“ unter: www.zweifuermich.de