# SKI-CLUB TRAINING Breitensport – regelmäßige Termine

| | |
|---|---|
| Mo. 14.30 – 16.00 Uhr<br>ab 05.10.2026 | **NORDIC WALKING*** für Geübte, s. Seite 11<br>TREFFPUNKT: Rudolfshof, Heroldsberger Mühlweg, Glascontainer hinter dem ehemaligen Edeka.<br>INFO: Otto Koehn |
| Di. 3 – 5Jahre 17.00 – 17.45 Uhr<br>6 – 12Jahre 17.45 – 18.30 Uhr | **KINDERTURNEN** s. Seite 8<br>mit Lisa, ganzjährig in den Schulwochen. Probestunde möglich.<br>INFO: kinderturnen@skiclub-lauf.de |
| Di. 17.00 Uhr | **LAUFTRAINING** für leistungsorientierte Läufer, s. Seite 11<br>TREFFPUNKT: Bräunleinsberg 29, Ottensoos<br>INFO: Thomas Rink |
| Mi. 18.00 – 19.00 Uhr<br>ab 21.10.2026 | **LAUF-TREFF*** s. Seite 11<br>TREFFPUNKT: Eingang Bitterbachhalle, Lauf<br>INFO: whatsapp Community Ski-Club Lauf, > Lauftreff |
| Do. 10.00 – 11.30 Uhr<br>ab 08.10.2026 | **NORDIC WALKING*** für Geübte, s. Seite 11<br>TREFFPUNKT: Rudolfshof, Heroldsberger Mühlweg, Glascontainer hinter dem ehemaligen Edeka.<br>INFO: Otto Koehn |
| Do. 3 – 5Jahre 17.00 – 17.45 Uhr<br>6 – 12 Jahre 17.45 – 18.30 Uhr | **KINDERTURNEN** s. Seite 8<br>ganzjährig in den Schulwochen. Probestunde möglich.<br>INFO: kinderturnen@skiclub-lauf.de |
| Do. 18.00 – 19.00 Uhr<br>ab 15.10.2026 | **SOFT-GYMNASTIK** mit Norbert, s. Seite 10<br>Leichte und vielfältige Gymnastik. Bitterbachhalle 3 (außer Ferien).<br>Nur mit Anmeldung: n.ottkowitz@gmail.com |
| Do. 18.45 – 19.45 Uhr<br>ab 01.10.2026 | **SPORT-GYMNASTIK** s. Seite 10<br>Abwechslungsreiche Gymnastik für Beweglichkeit, Koordination, Kraft. Bitterbachhalle 4 (außer Ferien).<br>INFO: whatsapp Community Ski-Club Lauf, > Sport-Gymnastik |
| So. 9.00 Uhr | **LAUFTRAINING*** s. Seite 11<br>ca. 1,5 – 2 Std., Ausdauerlauf je nach Teilnehmern<br>TREFFPUNKT: Parkplatz Sportklub Lauf, Schützenstr.<br>INFO: laufen@skiclub-lauf.de |

* Offen für Nichtmitglieder, Teilnahme auf eigenes Risiko.

**Weitere Termine, Absagen, Änderungen und Informationen** werden über den E-Mail Verteiler, unter www.skiclub-lauf.de, in der Tageszeitung unter Vereinsnachrichten sowie im Mitteilungsblatt der Stadt Lauf „MIT“ bekannt gegeben.

# SKI-CLUB VERANSTALTUNGEN bzw. Beteiligungen

| | |
|---|---|
| Sa. 17.10.2026 | **HERBSTWANDERUNG** s. Seite 14<br>Weiteres folgt, INFO: Norbert Ottkowitz |
| Fr. 20.11.2026<br>17.00 Uhr | **KINDER-WEIHNACHTSFEIER** s. Seite 4<br>Gasthof Zur Linde „Wollner“ |
| Fr. 27.11.2026<br>18.00 Uhr | **NACHTWANDERUNG** s. Seite 14<br>TREFFPUNKT: Parkplatz Gasthof „Distlerhof“ in Diepersdorf<br>INFO: Norbert Ottkowitz |
| Mi. 09.12.2026<br>18.00 Uhr | **TRADITIONELLES JAHRESABSCHLUSSESSEN** s. Seite 4<br>Gasthof „Zur Post“, mit „Danke“ für Ski-Club Helfer, Mitgliederehrung |
| 11. – 13.12.2026 | **SKI- & WINTERSPASS, AHRNTAL** s. Seite 5<br>Für alle: Alpin, Skitour, Langlauf, Schneeschuh... INFO: Susi Stumpf |
| Do. 24.12.2026<br>14.30 Uhr | **WEIHNACHTSJOGGEN** ca. 1 Std, 9 km<br>TREFFPUNKT: Ulmenstr. 6, Lauf, bei Richard |
| Do. 31.12.2026<br>13.00 Uhr | **SPORTLICHES VOR-SILVESTER** Laufgruppen, Nordic Walking, MTB<br>1 – 1,5 Std., nach Absprache und Wetter, TREFFPUNKT: SV Simonshofen<br>Weihnachtsgebäck und gute Laune mitbringen, Getränke vor Ort |
| 15. – 17.01.2027 | **JUGEND-SKIFREIZEIT, WILDSCHÖNAU** s. Seite 6<br>für 10- bis 17-Jährige, Leitung: Liesa |
| 31.01.2027 | **THERMEN-MARATHON JOHANNESBAD** s. Seite 10<br>Bad Füssing. INFO: Thomas Rink |
| 05. – 07.03.2027 | **FAMILIEN-SKIWOCHENENDE ALPIN, WILDSCHÖNAU** s. Seite 7<br>mit Eigenanreise, Leitung: Angelika Reinert |
| Winter | **TRAININGSTAGE SKI-LANGLAUF** Eichenstruth, Waller oder Neubau/Fichtelgebirge, kurzfristig nach Schneelage.<br>Fahrt mit Privat-Pkw, INFO: Richard, Bernhard, Roland |

## TERMINANKÜNDIGUNGEN Sommerhalbjahr 2027

| | |
|---|---|
| Sa. 01.05.2027<br>Start 10.00 Uhr | **MORITZBERGLAUF**<br>Veranstalter Ski-Club Lauf, Sportplatz FSV Schönberg |
| Fr. 18.06.2027 | **LAUF-EVENT** mit Stadtmeisterschaft Lauf, für Kinder und Jugendliche auf der Pegnitzwiese, Veranstalter Ski-Club Lauf |
| Sa. 08.05.2027 | **LANDKREISLAUF** Laufen + Nordic Walking,<br>mit Ziel in Ellenbach |