



Luzern, 24. Februar 2015

38. Luzerner Stadtlauf - Samstag, 25. April 2015

Jetzt Anmelden und optimal Vorbereiten!

Einfache Anmeldung

In diesen Tagen erhalten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Vorjahres die Anmeldeunterlagen. Bis zum offiziellen Anmeldeschluss am 31. März sind Anmeldungen online via Webseite, per Einzahlungsschein in der Ausschreibung oder direkt beim LZ Corner in Luzern möglich. Weitere Anmeldeunterlagen für sämtliche 35 Volkslauf-Kategorien können bei der Geschäftsstelle (info@luzernerstadtlauf.ch oder 041 375 03 35) bestellt werden.

Neue Webseite mit Fotowettbewerb

Die Webseite des Luzerner Stadtlaufs erscheint im frischen Look und ist dank dem responsiven Design auf mobilen Geräten optimal erreichbar. Der neu lancierte Fotowettbewerb lädt zum Mitmachen ein und zeigt die schönsten Stadtlauf-Momente in der Vorbereitung und am Lauftag. Die Teilnahme ist ganz einfach: Jedes Bild mit dem Hashtag #luzernerstadtlauf auf Instagram, Twitter oder auf der offiziellen Fanpage auf Facebook (<https://www.facebook.com/luzernerstadtlauf>) kommt automatisch in die Wertung.

Optimal vorbereitet

An 33 Standorten in der ganzen Zentralschweiz bietet der LZ Lauftreff Trainings in verschiedenen Stärkegruppen an. Mehr Infos unter www.lzlaufftreff.ch.

Für Frauen gibt es ab dem 4. März in Luzern ein neues, kostenloses Trainingsangebot mit Ariella Kaeslin und Magi Bänziger. Zusätzlich besteht ein Betreuungsangebot für Kinder (kostenpflichtig). Alles Wissenswerte zum neuen Angebot gibt es unter www.runningladies.ch.

Laufsymposium

Am Dienstag, 17. März ab 18.30 Uhr findet im Berufsbildungszentrum Bau und Gewerbe, Luzern das Laufsymposium der Sportmedizin St. Anna im Bahnhof zu den Themen „Footpower – mit starken Füßen beschwerdefrei ins Ziel“ und „Der Magen läuft mit – was Sie als Läufer (nicht) essen sollten“ statt. Die Teilnahme ist kostenlos. Anmeldungen nehmen die Veranstalter bis zum Freitag, 13. März via info@luzernerstadtlauf.ch entgegen.

Das grösste Laufsportfest der Zentralschweiz

Der 38. Luzerner Stadtlauf findet am Samstag 25. April 2015 statt. Es werden gegen 13'500 Teilnehmerinnen und Teilnehmer erwartet. Der Luzerner Stadtlauf ermöglicht das Jogging-Erlebnis auf Strecken von 660m bis 5,6km und ist offen für Einzelläufer, Firmengruppen, Familien, Schulklassen und Kinder.

Gastregion 2015 ist der Kanton Schwyz. Der Startgeld-Erlös des Solidaritätslaufs 2015 kommt der Dargebotenen Hand Zentralschweiz zugut.

Der erste Startschuss zum 38. Luzerner Stadtlauf fällt 14.30 Uhr, die internationale Elite startet um 20.36 Uhr.

Alle Infos und Anmeldung auf www.luzernerstadtlauf.ch.