

Bewegung tut gut!

2. Spremberger Herbstlauf

im Rahmen des Diabetes-Tages



10. September 2011

im Spremberger Kanu-Bootshaus (Zum Weißen Wehr 1)

10 bis 13 Uhr **Diabetes-Tag** mit Vorträgen und Informationsständen renommierter Unternehmen

- 15 Uhr Startschuss zum **2. Spremberger Herbstlauf**
- ... für alle Kinder und Erwachsene mit oder ohne Diabetes
 - ... 60 Minuten Laufen, Walken oder Spazieren per Fuß, Rolator, Rollstuhl oder Kinderwagen
 - ... tritt allein, als Gruppe, mit den Kollegen oder der ganzen Familie an
 - ... Startgebühr: mind. 1 Euro
 - ... das beste Team gewinnt einen Pokal

Weitere Infos finden Sie auf der Rückseite, unter www.pure-gesundheit.com und www.kanu-spremberg.de



Krankenhaus Spremberg

PURE-Gesundheit e.V.
- Prävention & Rehabilitation

Mit freundlicher Unterstützung von



ACCUCHEK®



SG **Einheit** Spremberg e.V.
Abteilung Kanu



VORANMELDUNG

Abtrennen, ausfüllen und einfach an der Information des Spremberger Krankenhauses abgeben.

Name: _____ Teilnahme als Einzelperson

Alter: _____ Gruppe/Gruppenname: _____

2. Spremberger Herbstlauf

im Rahmen des Diabetes-Tages

10. September 2011

im Spremberger Kanu-Bootshaus,
Zum Weißen Wehr 1

Diabetes-Tag

... eine Informationsveranstaltung mit drei interessanten Vorträgen rund um den Diabetes. Mit der richtigen Behandlung und einer gesunden Lebenseinstellung können Sie dieser chronischen Krankheit bewusst entgegenzutreten. Erfahren Sie, wie andere Menschen mit ihrer Erkrankung umgehen.

2. Spremberger Herbstlauf

... Start ist 15 Uhr im Spremberger Bootshaus. Umkleidemöglichkeiten sind vorhanden.

... Der Lauf erfolgt 60 Minuten lang auf dem Radwanderweg mit einer Distanz von 5 km oder 800 m. Das Team mit den meisten Kilometern gewinnt einen Pokal. Jeder Teilnehmer erhält einen kleinen Preis.

... Gebt Eurem Team einen Namen, ein Motto und entsprechende Kostümierung.

... Die Siegerehrung findet gegen 16.30 Uhr statt.

... Bitte melden Sie sich am Tag des Herbstlaufes von 14 bis 14.45 Uhr im Org-Büro an. Dort erhalten Sie weitere Informationen zum Ablauf und der Auswertung des Laufes. Bei Gruppen bitte nur der Gruppenleiter.

... Aus organisatorischen Gründen bitten wir um eine Voranmeldung online auf www.pure-gesundheit.com oder den untenstehende Papierstreifen abtrennen, ausfüllen und an der Information des Spremberger Krankenhauses abgeben.

... Mit der Startgebühr von 1 Euro wird ein Projekt des Albert-Schweitzer-Familienwerk Brandenburg e.V. unterstützt.

... Bitte nutzen Sie für Ihr Auto die Parkplätze am Krankenhaus.

... Die Gaststätte Kanu-Bootshaus hat geöffnet.

Wenn Sie noch Fragen haben, rufen Sie Domenica Gnoth,
Telefon 03563/52393 an.

Eine Gemeinschaftsveranstaltung von



Krankenhaus Spremberg

prosper
Gesund im Verbund



PURE-Gesundheit e.V.
- Prävention & Rehabilitation

SG *Einheit* Spremberg e.V.
Abteilung Kanu

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!