

## 19. Simmozheimer Mönchswasenlauf

geht in die nächste Runde - herzliche Einladung dazu!



Runde 1 – 12 km

Runde 2 – ca. 10 km

### Sonntag, 9. März 2025

1. Runde: 12,5 km, Treffpunkt 9 Uhr
2. Runde: 10,5 km, Treffpunkt 10.30 Uhr

jeweils auf dem Festplatz bei der Geißberghalle

**Damit mehr Läufer\*Innen die Gelegenheit nutzen können am Lauf teilzunehmen, bieten wir diesmal 2 Runden an. Jeder kann selbst entscheiden, welche oder ob beide Runden gelaufen werden.**

Nach der ersten Etappe haben wir an unserer TSV-Scheuer den Verpflegungsstopp und das Angebot der Ein- bzw. Ausstiegsmöglichkeit. Die Runden sind nicht identisch und haben beide je ca. 190 HM.

Nach dem Duschen geht's dann in die Hausbrauerei Mönchswasen zum entspannten Teil. Dort kann man in gemütlicher Atmosphäre der Ausgleich des Kaloriendefizits erfolgen (Essen und Trinken à la carte) und ausgiebig die Tour nochmals diskutiert werden.

Gebt die Info bitte an eure anderen Läufer weiter.

Wir freuen uns auf viele teilnehmende Lauffreunde aus der Umgebung und besonders auch auf neue Mitläufer.

*die Simmozheimer Spaßrunners*