

Einladung

4. personal-sports-Lounge

interessant | unterhaltsam | gemütlich



Der Winter ist keine Jahreszeit, [...]

[...] sondern eine Aufgabe. Was der Literaturnobelpreisträger Sinclair Lewis einst so treffend formulierte, wird auch uns schon bald wieder ereilen. Denn der Winter stellt uns alljährlich auf eine harte Probe. Sei es das leckere, doch deftige Essen oder die vielen Naschereien, die zunehmend an jeder Ecke locken. Auch das Wetter wird vielmehr zur Aufgabe, denn das Training draußen selbst. Sei es zu kalt, zu nass oder zu dunkel. Ist dies nicht eher ein guter Grund, es sich doch lieber im warmen Wohnzimmer bei Tee und Keksen gemütlich zu machen?

Nicht zwingend! Gemeinsam mit Ihnen und unseren Referenten bzw. Experten möchten wir uns der Aufgabe „Winter“ bei der diesjährigen Lounge widmen: Sei es eine **gute Verpflegung** oder die **passende Ausrüstung** für sportliche Bewegung im Winterhalbjahr. Denn Kälte, Nässe und Dunkelheit fordern nicht nur eine persönliche Überwindung, sondern manchmal auch ein wenig Unterstützung – etwa aus dem Munde unserer aufstrebenden Ökotrophologin Carolin Hauck, dem Fahrrad-Urgestein Thomas Oelze alias „Oelle“ oder des nicht nur hierzulande sehr erfolgreichen Läufers Jasper Cirkel von der LG Göttingen.

Lassen Sie uns gemeinsam den spannenden Vorträgen bei Getränken und kleinen Speisen lauschen – wir freuen uns jeweils im Anschluss über einen gewohnt ungezwungenen Erfahrungsaustausch mit Ihnen. Denn nicht zuletzt wegen unseres nunmehr 10jährigen Bestehens, möchten wir Ihnen ein paar kleine Schmankerl bieten...!

Die Teilnahme ist wie in jedem Jahr kostenlos.

Eine vorherige Anmeldung über unser [Online-Anmeldeformular](#) erleichtert uns jedoch die Planung, zumal wir uns räumlich auf maximal 40 Personen einstellen können.

Fühlen Sie und Ihre Begleitung sich ganz herzlich eingeladen!

Ihr Frieder Uflacker & Team

Details | Programm – siehe nächste Seite

Einladung

4. personal-sports-Lounge

interessant | unterhaltsam | gemütlich



Details | Programm

Datum, Uhrzeit	Samstag, 14.11.2015 16:00 bis ca. 20:30 Uhr
Ort	„Haus des Sports“ Sandweg 5 37083 Göttingen
Dresscode	leger/sportlich
Anmeldung	zur Planung über unser Online-Anmeldeformular erwünscht
Fragen	kontakt@personal-sports.info 0551-9952414

INTERESSANTES (1) im Seminarraum

16:00 Uhr	Eröffnung , Frieder Uflacker > 10 Jahre personal sports – es geht weiter!
anschl.	Vortrag/Workshop , Carolin Hauck (Ökotrophologin) > Iss Dich fit im Winterhalbjahr
18:00 Uhr	Kurzvortrag & Demo , Robert Mergenthal > Sportbrillen: Mode oder echte Ausrüstung?
19:00 Uhr	Experten-Talk mit Thomas Oelze & Jasper Cirkel > Wintertraining per Rad, zu Fuß: Was ist wirklich hilfreich?

INTERESSANTES (2) im Beratungsraum

17:30 Uhr	Körper(fett)messung mit Futrex® , Guido Jonscher > praktische Durchführung mit Erläuterungen sowie der Interpretation gewonnener Messdaten
-----------	--

ANGENEHMES während der gesamten Lounge

ab 16:30 Uhr jederzeit	Hand-/Unterarm-Kurzmassagen , Marianne Pecher Kaltgetränke , alkoholfrei kleine Speisen und natürlich ein angeregter wie lockerer Austausch unter allen Teilnehmern allemal zwischen den gesamten Angeboten
---------------------------	---