



**Laufen ist gesund.**  
**Laufen macht glücklich.**

**Und Laufen kann die Welt ein bisschen besser machen.**

**Das beweisen wir gemeinsam am Tag des Laufens**

Am **ersten Mittwoch im Juni** wird dieses Jahr wieder in ganz Deutschland der **Tag des Laufens** gefeiert. Dabei sind alle, die das Laufen lieben!  
Egal wie schnell oder langsam, lang oder kurz.

DU möchtest nicht alleine laufen,  
dann schließe Dich unserem Event an am  
**Mittwoch, 4. Juni 2025 um 18:30 Uhr** in Amberg.



**Treffpunkt.** Wir treffen uns auf der Bleichwiese vor dem Amberger Congress Centrum (ACC) bei der Kneippanlage

**Eventausrichter.** Skivereinigung Amberg e.V. – [www.sv-amberg.de](http://www.sv-amberg.de)

**Programm.** Lockeres „Warm up“, gemeinsames Laufen inkl. Lauftechnik-Übungen und Tipps zum Laufen (Dauer ca 1h)



**Highlight.** Die Skivereinigung ist „Home of the Champions“!

Du wolltest schon immer mal mit dem amtierenden Oberpfalz-, Bayerischen-, Deutschen-, Europa- und Weltmeister Quatschen? Heute hast Du **DEINE** Chance! Komm vorbei, Michael Lang geht zusammen mit uns an die Startlinie und gibt uns Tipps zum Laufen.

Weitere Infos zum Tag des Laufens und zur Spendenaktion für sauberes Wasser in Ghana unter [www.tagdeslaufens.de](http://www.tagdeslaufens.de) .

