

## Anmeldeformular

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_  
Adresse: \_\_\_\_\_ PLZ / Ort: \_\_\_\_\_  
Telefon: \_\_\_\_\_ Mobil: \_\_\_\_\_  
E-Mail: \_\_\_\_\_

Gerne nehme ich an folgenden Veranstaltungen der Marathonvorbereitung teil:

- Mittwoch, 23.05.18 Theorie Laufanalyse und Praxis  
Laufspezifische Kräftigung, Sprung- & Lauf-ABC  
→ *Dieser Termin ist bereits ausgebucht!*
- Montag, 28.05.18 Theorie Laufanalyse und Praxis Laufspezifische Kräftigung,  
Sprung- & Lauf-ABC (Wiederholung vom 23.05.18)  
→ *Dieser Termin ist bereits ausgebucht!*
- Montag, 11.06.18 Theorie Leistungsdiagnostik im Bereich Ausdauer & Praxis High  
Intensity Interval Training → *Dieser Termin ist bereits ausgebucht!*
- Montag, 02.07.18 Theorie Leistungsdiagnostik im Bereich Ausdauer & Praxis High  
Intensity Interval Training (Wiederholung vom 11.06.18)  
→ *Dieser Termin ist bereits ausgebucht!*
- Dienstag, 28.08.18 Theoretische Grundlagen der Sporternährung am Beispiel von  
Peak Punk und Praxis-Tipps zur Verpflegung an einer Lauf-  
veranstaltung → *Dieser Termin ist bereits ausgebucht!*

Bitte melden Sie sich via E-Mail (info@swisscitymarathon.ch) oder postalisch (Verein SwissCityMarathon – Lucerne, Würzenbachstrasse 13, 6006 Luzern) an. Die Anzahl der Teilnehmenden ist pro Veranstaltung auf 40 Personen beschränkt. Die Bestätigung erfolgt nach Eingang der vollständigen und korrekt ausgefüllten Anmeldung. Bei Überschreitung der Anzahl wird eine **Warteliste** gemäss dem Anmeldeeingang geführt.

Detailinformationen zur Marathonvorbereitung finden Sie unter:  
[www.swisscitymarathon.ch/luks](http://www.swisscitymarathon.ch/luks) | [www.luks.ch/info-marathon](http://www.luks.ch/info-marathon)

Wir freuen uns auf ihre Anmeldung.