

RN
RUNNERS' NIGHT

FÜNF FÜR DEINE MOTIVATION

↳ RUNNER'S NIGHT

Fünf Größen des Laufens, fünf Vorträge, fünf Extra-Portionen Motivation. Das ist das Rezept der Runner's Night, zu der Andreas Butz am 26. Februar 2016 nach Köln einlädt. Der „Bundestrainer der Hobbyläufer“ (Butz über Butz) hat in den Sartory-Sälen fünf Redner zu Gast, die in einem Sechs-Stunden-Programm spannend und unterhaltsam übers Laufen erzählen werden.



ULTRALÄUFERIN

↳ ANNE-MARIE FLAMMERSFELD

Die studierte Sportwissenschaftlerin gehört zu den weltweit erfolgreichsten Ultraläuferinnen. In ihren Vorträgen motiviert Anne-Marie Flammersfeld ihr Publikum, sich selbst und den eigenen Zielen zu vertrauen.



SPORTWISSENSCHAFTLER

↳ PROF. INGO FROBÖSE

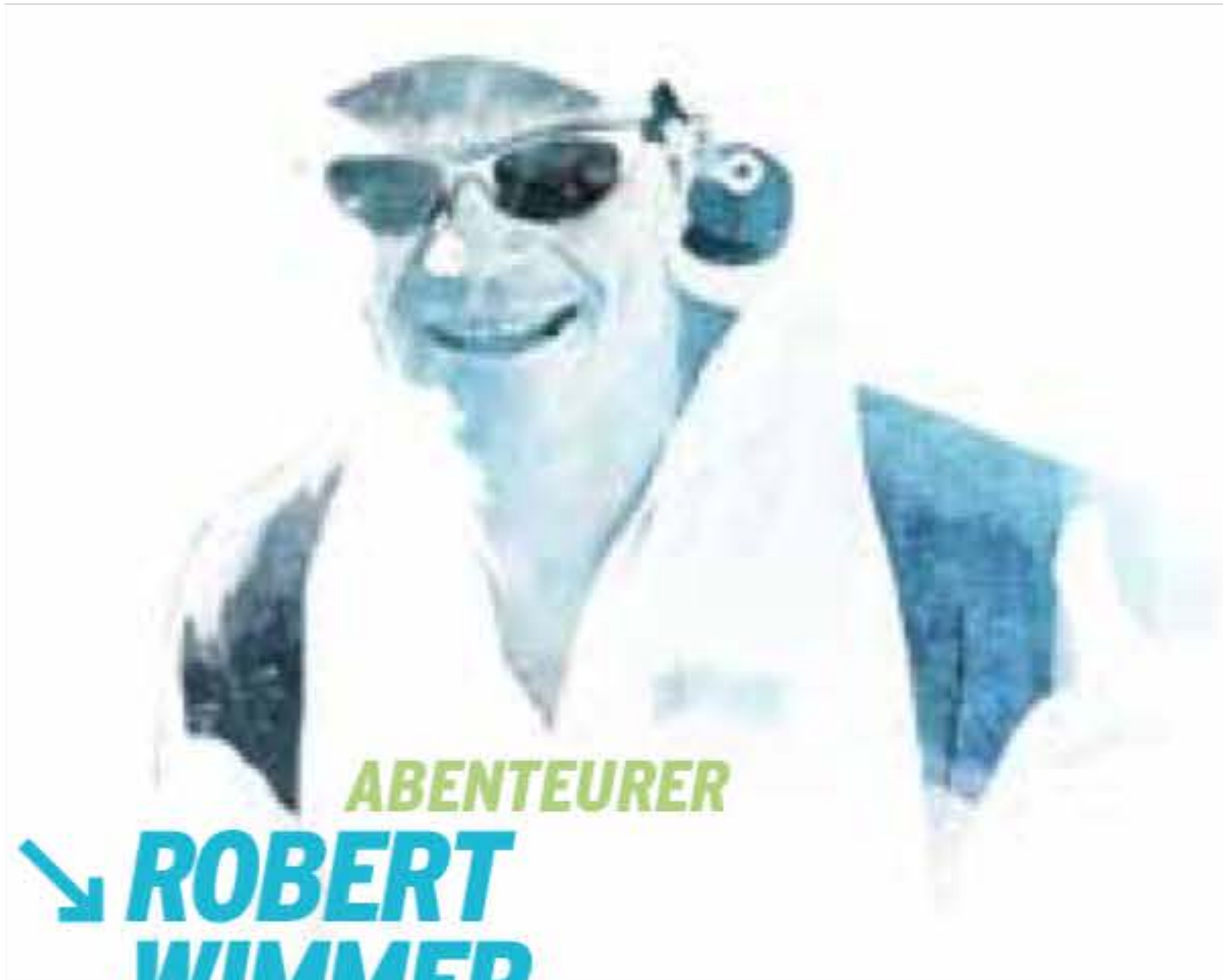
Der einstige Top-Sprinter und Bobfahrer vereint als Hochschulprofessor seine Leidenschaft für Gesundheit und Fitness. Mit purer Lebensfreude unterhält der Sportwissenschaftler Professoren wie Privatpersonen, ohne dabei die Wissenschaft aus dem Auge zu verlieren oder das Augenzwinkern zu vergessen.



MEDIZINER & AUTOR

↳ DR. MATTHIAS MARQUARDT

Viele kennen den Arzt als Autor der „Laufbibel“. Er lief den Marathon in 2:51 Stunden - und das nur mit einem durchschnittlichen Trainings-Wochenumfang von 38 Kilometern. Damit will er allen zeigen, warum sie sich niemals am Durchschnitt orientieren sollten, sondern nur am eigenen großen Ziel.



ABENTEURER

↳ ROBERT WIMMER

Ein Ultraläufer aus Leidenschaft. Seit mehr als 30 Jahren ist für den Optiker Laufen neben Familie und Beruf Teil seines „Lebenstriathlons“. 2003 gewann er das längste Wettrennen der Welt - den 5036 Kilometer langen Transeuropalauf. Dafür brauchte er nur 64 Tage. Er verrät sein Geheimnis, wie er sich zu solchen Höchstleistungen motiviert.



MENTALCOACH

↳ DIRK SCHMIDT

Der Buchautor gehört zu den gefragtesten Motivations-Experten im deutschsprachigen Raum. Als Mentaltrainer arbeitet er mit Olympiasiegern, Nationalspielern und Top-Managern. Seine praxiserprobten Strategien aus dem Leistungssport sind auch für Spitzenleistungen im Alltag hilfreich.



Wer jetzt Tickets zur zweiten Runner's Night am 26. Februar 2016 in Köln als Premium-Mitglied im Finisher Club kauft, spart mehr als 10 Prozent vom regulären Ticketpreis (53,50 Euro).



SIEBEN 11.-18. JUNI 2016 OSTFRIESISCHE INSELN

11.06. NORDERNEY
12.06. BALTRUM
13.06. LANGEORG
15.06. JUIST
16.06. WANGEROOG
17.06. SPIEKEROOG
18.06. BORKUM



Laufen & Walking

Anmelden unter
[nordseelauf.de!](http://nordseelauf.de)

/Nordseelauf

Die Nordsee GmbH
Olympiastraße 1
26419 Schortens