

Eine Veranstaltung des Förderstützpunktes der DUV, Laufclub BlueLiner e. V.

# Einladung zur zweiten Ultraläufer- Fortbildung 2019 für Läufer und Interessierte

Liebe Läuferinnen, Läufer und Interessierte,

der Laufclub BlueLiner lädt Sie herzlich zur Ultraläufer-Fortbildung 2019 ein. Nach einer gemeinsamen Laufeinheit wird es einen Bildvortrag und Erfahrungsbericht zum 50. Two Oceans Marathon, sowie der damit verbundenen 14-tägigen Urlaubsreise nach Südafrika geben.

Die Teilnahme ist kostenlos. Wir bitten um Anmeldung mit Angabe der Personenzahl an [wilshusen@lc-blueliner.de](mailto:wilshusen@lc-blueliner.de) bis zum 04.11.2019.



**Programm:**

08:30 Uhr Start für eine **Lauf-Einheit**. Je nach Bedarf und Zusammensetzung der Laufgruppe laufen alle gemeinsam oder es werden zwei Geschwindigkeiten angeboten. Treffpunkt ist der Parkplatz neben der Lindenhalle.

Duschen in den Räumen der Turn- und Tennishalle.

10:30 Uhr Bildvortrag und Erfahrungsbericht von Matthias Wilshusen:  
**„Two Oceans Marathon – Addo Elephant National Park, Garden Route, Kapstadt“**

Der Vortrag ist nicht ausschließlich an Läufer gerichtet, sondern informiert über den kompletten Aufenthalt in Südafrika mit Planung, Entscheidungsfindung und Durchführung. Schwerpunkte: Port Elizabeth, Addo Elephant National Park, Tsitsikamma, Knysna, Swellendam, Kapstadt, Tafelberg, Kap der guten Hoffnung, Boulders Beach.

Anschließend gemütliches Beisammensein und Diskussion.

**Termin:** Sonntag, 10.11.2019

**Ort:** Lindenhalle, Raum Satu Mare  
Halberstädter Str. 1, 38300 Wolfenbüttel

Matthias Wilshusen

(wilshusen@lc-blueliner.de)