**SwissLauftreff Standort Cham, Saison 2024**

Jeden Mittwoch, 18:45 Uhr, Parkplatz, Sportanlage Röhrliberg, Cham. Joggen in drei Gruppen: Champions, Fortgeschrittene und Geniesser, Wiedereinsteiger, Anfänger.

Der 10-teilige Einsteigerkurs "Laufen leicht gemacht" beginnt am 3. April. Erste Schritte in die wunderbare Welt des Laufsports (Joggen) wagen - unter fachkundiger Leitung!

Bei den folgenden Terminen würden wir uns freuen möglichst viele Teilnehmer zu begrüssen:

24. Februar **Schneeschuhwanderung** in der schönen Zentralschweiz

20. April **Rotseelauf**, Let's run together again! Anschliessend gemeinsames Essen im Restaurant

5. Juli **Grill, Chill und Refill**, an einem schönen Brätelplatz in Cham oder Umgebung

24. August **Wandertag**, ein Tag in den Bergen verbringen, wir machen es möglich

11. Oktober lass dich begeistern vom leckeren Essen des **Street Food Market im Freiruum** in Zug

11. Dezember **Weihnachtsapero im Lagerhus** in Cham mit Punsch, Kuchen und Guetzli

Wir unterstützen die ZugerbergFinanz-Trophy und laufen, wenn möglich jede Etappe mindestens einmal mit dem Lauftreff, hier die Daten:

24.2. – 22.3. **Pre Start** Strecke Zug mit 6.7 km. Brennst auch du auf einen Lauf im Winter?

23.3.- 21.4. **Steinhausen** eine erste tolle Etappe im Steinhauserwald. **Auw-Horben** auf den Lindenberg mit der Mountaintrophy und Höhenmeter sammeln

22.4. – 19.5. **Baar** coupierte Strecke in der Höllgrottenregion und 3 km von Root aufs **Michaelskreuz**

20.5. – 16.6. **Ennetsee** unsere Heimstrecke. Bei der Mountaintrophy ist der **Zugerberg** immer eine Reise wert

17.6. – 14.7. **Menzingen**, die herrliche Aussicht vom Gubel ruft

10.8. – 8.9. **Zug** entlang der Lorze und Zugersee

9.9. – 4.10. **Aegerital** um den See und auf den Raten

Alle Informationen und Streckenpläne auf [www.Zugerbergfinanz-trophy.ch](http://www.Zugerbergfinanz-trophy.ch)

**Beliebet Veranstaltungen,** weitere unter [www.swissrunners.ch](http://www.swissrunners.ch) und [www.datasport.com](http://www.datasport.com)

27. April **Luzerner Stadtlauf** in der schönsten Stadt der Schweiz [www.luzernerstadtlauf.ch](http://www.luzernerstadtlauf.ch)

5. Mai **Wings for Life World Run**, Charity Race in Zug [www.WingsforLifeWorldRun.com](http://www.WingsforLifeWorldRun.com)

18. Mai **GP von Bern** die schönsten 10 Meilen der Welt [www.gpbern.ch](http://www.gpbern.ch)

28. Juni **Lauerzerseelauf** 10 km am Freitagabend [www.lauerzerseelauf.ch](http://www.lauerzerseelauf.ch)

19. Juli **Aegeriseelauf** Teilnahme ist Ehrensache - auch als Paarlauf möglich [www.aegeriseelauf.ch](http://www.aegeriseelauf.ch)

12. Oktober **Hallwilerseelauf** Halbmarathon oder 10 km lauf [www.hallwilerseelauf.ch](http://www.hallwilerseelauf.ch)

27. Oktober **SwissCityMarathon Lucerne** die nicht rennen, brauchen wir als Helfer beim Streckenposten [www.swisscitymarathon.ch](http://www.swisscitymarathon.ch)