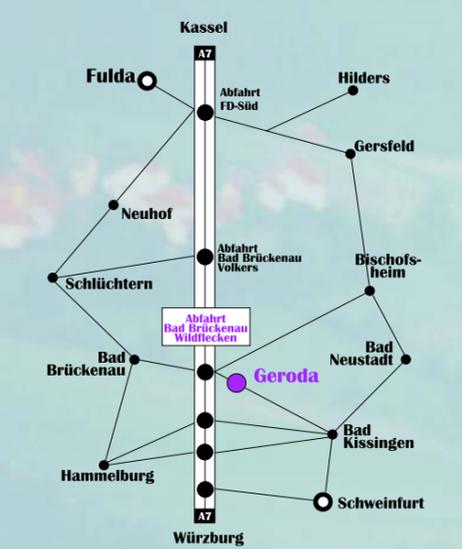


8. Geröder Walking Lauf

mit Droohdeseldour
16. Juni 2013
 für Jedermann
 Streckenlänge ca. 10,5 km oder ca. 14 km



Was ist Nordic Walking:
 Nordic Walking wurde als Sommertraining für Ski-Langläufer entwickelt und ist ein zügiges Gehen oder Laufen mit speziellen Walking-Stöcken.

Die Lauftechnik:
 Der rechte Stock hat dann Bodenberührung, wenn die linke Ferse aufsetzt und umgekehrt.

Variationen:
 Abwechslung im Training erzielt man durch Verändern der Schrittlänge oder einen bewusst gleichzeitigen, parallelen Stockeinsatz.

Vorteile:
 Training von Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination. Stärkung des Herz-Kreislauf-sowie des Immunsystems.

Zielgruppe:
 Ideal für Sportanfänger und Wiedereinsteiger, als Ausgleichstraining und für Leistungssportler. Für den etwas anderen Sonntagspaziergang sind Sie hier genau richtig.

Streckenbeschreibung:
 Rund um Geroda am Südhang der Schwarzen Berge auf Natur-, Schotter- und wenigen Asphaltwegen. Durch sommerliche Laubwälder mit Ausblicken auf Geroda und die Kuppen der Südröh.

Termin:
 Sonntag, 16.06.2013

Veranstalter:
 Schützengesellschaft Geroda 1924 e.V.

Start / Ziel:
 Bürgerhaus - Feuerwehrhaus, 97779 Geroda

Startzeit:
 ab 08:30 Uhr; Kontrollschluss 14:30 Uhr

Startgeld:
 Jugendliche bis 14 Jahre 2,00 €
 Erwachsene 4,00 €
 Ermäßigung bei Voranmeldung über www.droohdeseldour.de pro Starter 1,00 €
 Jeder Teilnehmer erhält ein Starterpräsent.

Verpflegung:
 Getränke der Firmen Selters Mineralquelle, Hofmann Fruchtsäfte, Müsliriegel und Obst werden kostenlos an den Kontrollpunkten verteilt. Es gibt keine Plastikbecher, bitte Trinkflasche mitbringen.

Parkplätze:
 Bitte der Beschilderung und den Einweisern Folge leisten.

Preisverteilung:
 Unter allen Startern um 15:00 Uhr. Verlosung von mind. 10 wertvollen Sachpreisen.

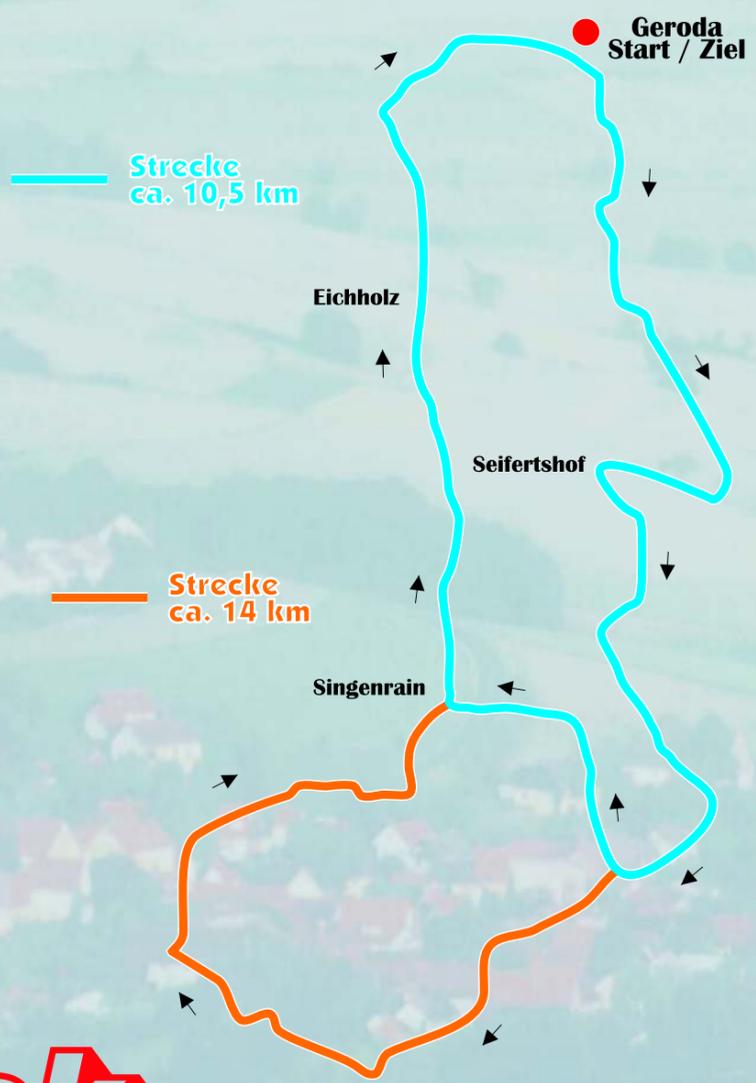
Sicherheit:
 Der Veranstalter übernimmt keine Haftung. Jeder Teilnehmer läuft auf eigene Gefahr. Es gilt die Straßenverkehrsordnung.

Informationen:
 Thilo Schneider, Tel. 09747 - 1600
 e-mail: kontakt@droohdeseldour.de

Voranmeldung nur online unter:
www.droohdeseldour.de



Meisterbetrieb für Raumausstattung
 Bad Kissingen • Alte Kissinger Str. • Nähe OBI • Tel. 0971/26 46



die Schützengesellschaft Geroda 1924 e.V. bedankt sich herzlich bei:
 Der Gemeinde Markt Geroda, allen Kommunen und Behörden sowie gewerblichen und privaten Förderern. Ein weiterer Dank geht an alle Werbeträger, Sponsoren und besonders an die freiwilligen Helfer, die in den vergangenen 10 Jahren zum Gelingen der Veranstaltung beigetragen haben.
 Das Vorstandsteam



HEENES
 BRILLEN OPTIK KONTAKTLINSEN
 Stark in Brillen-Mode
 Prinzregentenstraße 5a | 97688 Bad Kissingen | Tel 0971 - 29 86

Die Zahnmaus
 Fachhandel für Zahnpflege- und Mundhygieneprodukte

Inh. Carmen Heil
 Im Neuland 13
 97779 Geroda
 Tel.: 09747 / 1451
 Mobil: 0173 / 9019323
 Mail: c.heil-diezahnmaus@t-online.de

ERGO
 Versicherer heißt verstehen.

Ich will Rat. Keinen Apparat.
 Es gibt 82 Millionen Gründe für Deutschlands neue große Versicherung. Ich freue mich auf Ihren:

ERGO Victoria
 Geschäftsstelle Rolf Raab
 Am Knürzchen 1/Schilddeck, 97795 Schondra
 Tel 09747 682, Fax 09747 9225
rolf.raab@ergo.de

Elektro schneider
 Inh. Wolfgang Franke

Haushaltsgeräte · TV / Video / Hi-Fi · SAT-Technik
 Mess- und Spleißtechnik · Beleuchtungstechnik
 Telekommunikation · Computer · Elektroinstallation
 Sicherheitstechnik · VDE-Prüfung · Kundendienst

Schweinfurter Str. 37 - 39 · 97717 Euerdorf · Tel.: 09704 / 811 · www.schneider-euerdorf.de



Der Ursprung guten Geschmacks

Aus Deutschlands legendärer Quelle entsprungen war es das Erste und als Inbegriff bleibt es das Einzige. Original SELTERS. Von ursprünglicher Reinheit. Elegant. Mit einem charakteristischen Geschmack. Die stilvolle Wahl bei all jenen, die auch bei ihrem Mineralwasser das Besondere genießen.

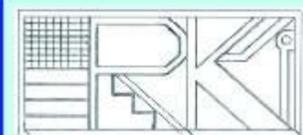
Original SELTERS - erhältlich in den Sorten SELTERS Classic, SELTERS Licht, SELTERS Naturell - ist exklusiver Mineralwasserpartner des Deutschen Weininstitutes

FUSSBODEN FEHR GmbH

Meisterbetrieb

Parkett • Kork • Bodenbeläge • Estrich • Dämmstoffe

Metzenbergstraße 13 • 97705 Burkardroth
Telefon: 09734 / 9349-0 • Email: info@fussboden-fehr.de



Fenster / Haustüren
Insektenschutz
Rollladen
Blech- und
Metallbearbeitung

Montageservice
Rainer Kuhn
Marktstraße 18
97779 Geroda / Platz
Tel.: 09747/931059
Fax: 09747/930281
Mobil: 0170 4293437
kuhn.r.platz@t-online.de



Elektro- und KommunikationsSysteme

▶ Elektroinstallation ▶ Alarmanlagen ▶ EIB-Systeme
▶ Telefonanlagen ▶ SAT-Anlagen ▶ Telefone

Buchstr. 18 • 97789 Oberleichtersbach • Tel. 09741 - 6264

planen • pflastern • pflanzen • pflegen

BAUMGART

Garten und Landschaftsbau

Märzgrund 5
97795 Schondra
Telefon: 09747/1605
www.baumgart-garten.de

hofmann
Fruchtsäfte

Für beste Saftqualität und besten Geschmack
Für die Erhaltung der steinobstlichen Aromen
Für die Förderung der regionalen Wirtschaft
Für den Schutz der Umwelt durch weniger Transporte und Abfälle

KELTEREI STR. 6
97720 NÜDLINGEN
Tel.: 0971/7140-0

Von Natur auf ein Glas

AUTO ZEIER

... das Autohaus Ihres Vertrauens

KFZ Meisterbetrieb • Neu- und Gebrauchtwagen
Werkstattservice • Reparatur aller Unfallfahrzeuge
TÜV und AU im Haus

97779 Geroda • Dorfstraße 35
Tel.: 0 97 47 / 8 41 • Fax 8 38
www.auto-zeier.de

Zur Feier des Tages.

KULMBACHER
Aus der heimlichen Hauptstadt des Bieres.

TANKEN • WASCHEN • SHOP • SERVICE • BACKSHOP

Hartmann

Inh. Karlheinz Schübler
Industriestraße 2
97789 Oberleichtersbach
☎ 0 97 41 / 93 88 50

Die neue A-Klasse -
Der Pulsschlag einer neuen Generation

- Entdecken Sie progressives Design und innovative Technik.
- Dynamische, effiziente Performance für ein mitreißendes Fahrerlebnis.
- Jetzt Probefahrt vereinbaren!

BOCKLER

Andreas Bockler GmbH, Bad Brückenau
Böckler Asterstraße GmbH & Co. KG, Oberstraße
Kunden Service Mercedes-Benz Service und Werkstatt
www.boeckler-mercedes-benz.de

Michael Bratke
Verbandsgepr. Sachverständiger für Haustechnik
Mitglied der DESAG

EMoTechnik

Fachbetrieb für
• Elektrotechnik
• Motor- und Ankerwickelerei
• Neu-Motore
• Pumpentechnik
• Mietpumpen
• Sicherheitstechnik

Partner für Motorentechnik
• Schäfer • Siemens • VEM

Partner für Pumpentechnik
• ABS • Caprari • EMU
• HOMA • Lowara • STRATE

Autorisierter Errichter für
Sicherheitstechnik
• Telenot

Michael Bratke
Elektroinstallationsmeister

EMoTechnik GmbH & Co. KG • Römershager Straße 13 • 97769 Bad Brückenau
Tel 09741.3343 • Fax 09741.937573 • info@emotechnik.de • www.emotechnik.de

2 baldauf

Neue Wege
zum Wein.
www.baldaufwein.de

Weineinkauf in der
neuen Vinothek
Mo-Fr 9.00-12.00 & 13.00-18.00
Sa 9.00-12.00 & 13.00-16.00

Weine, Sekt & Secco

- Weingut Baldauf Hauptstraße 42
- 97729 Ramthal Tel. 09704-1595

FLIESEN SCHUHMANN

Beratung - Groß- und Einzelhandel
Planung - Wand- und Fußbodenplatten
Verlegung - Außenfassaden und Terrassen
große Ausstellung - Terrazzo Marmor Gartenplatten

Hutweg 6, 97789 Oberleichtersbach-Breitenbach
Telefon: 09741 - 2593, Fax 2885
eMail: info@fliesen-schuhmann.de
Internet: www.fliesen-schuhmann.de

Öffnungszeiten: Montag Freitag 8-12 u. 13-18 Uhr, Samstag von 8-12 Uhr
Sonntag 14 17 Uhr (keine Beratung kein Verkauf)

SINNFLUT
Das Gesundheits- und Freizeitbad

ALLE UNTER EINEM DACH

FREIZEITBAD • SAUNALANDSCHAFT
WELLNESS-OASE • GASTRONOMIEBETRIEB

BADEBETRIEB
Montag bis Sonntag
10.00 - 21.00 Uhr

SAUNALANDSCHAFT
Sonntag bis Donnerstag
10.00 - 22.00 Uhr
Freitag und Samstag
10.00 - 23.00 Uhr

LETZTER EINLASS
19.45 Uhr

Freibadebecken
Saison von Mai bis Mitte September
10.00 - 21.00 Uhr

DAMENSAUNA
Jeden Dienstag
MITTERNACHTSAUNA
Jeden 1. Samstag im Monat

Am Gänsrein 2 - 97769 Bad Brückenau
Tel.: 0 97 41 - 91 12 55
www.stadtwerke-bad-brueckenau.de

MIT ALLEN SINNEN ERLEBEN

Gestaltung: www.tech-werke-werkstatt.de

Bettina's Haarstudio

Haarverlängerung

Montag
Dienstag bis Freitag

Ruhetag
8.00 bis 12.00 Uhr
13.15 bis 18.00 Uhr

Samstag
Termine nach Vereinbarung
8.00 bis 13.00 Uhr

Keltenstraße 21 97795 Schondra Telefon (0 97 47) 15 94 Telefax (0 97 47) 16 20

Light & Truss
Veranstaltungstechnik

Disco/Party/Messe
Bühnenbeleuchtung
Traversenkonstruktionen

Fabian Koch • 97779 Geroda • info@light-truss.de • 09747/340

höcherner bürotechnik

Gute Wetter-Aussichten
für Ihr Büro!

höcherner bürotechnik planung und einrichtung kopier- und drucksysteme
97705 bad bocklet-großenbrach | mangelstraße 10 | tel 0 97 08 / 91 50-0 | www.hoecheimer.de

holz'akzente

Ladenbau
Innenausbau
Caravaneinrichtung

am döllengraben 10 a • 97705 burkardroth • 097 34 93 18 00 • www.holzakzente.com

Ihre Veranstaltung in den
Händen von Profis
Einfach QR-Code scannen und
Film anschauen!

faber feinkost
bad kissingen

catering & events | bistro & restaurant
handwerksmetzgerei | präsent
ehem. königlich bayerischer hoflieferant, gepr. 1898
tel. 09 71 / 699 356-0 www.faber-feinkost.de

Alles für Sport und Freizeit

Sport Kötzner

Ludwigstr. 28 • 97769 Bad Brückenau
www.sport-koetzner.de / Tel.: 09741-2117

ARCHITEKTUR BÜRO HALBOTH

Unsere Leistungen:

- PLANUNG
- AUSSCHREIBUNG
- BAULEITUNG

KfW-Energieeffizienzhaus
BAFA Vorort-Beratung
Passivhaus

Energieberatung

RAL - Güteprüfung für
Energieeffiziente Bauten
unabhängige Qualitätssicherung
für Ihr Bauvorhaben

Michelsgrundweg 12
Tel. 09733-810111
www.halboth.de

97702 Münnersstadt
Fax 09733-810134
architekt@halboth.de

www.eon-bayern.com

KULTUR
GESELLSCHAFT
ÖKOLOGIE
TECHNIK

Für ein lebendiges Bayern.

e-on Bayern