

Challenge Kick-Off-Wochenende – Das Programm

Samstag, 4. Mai 2019

10:00 Uhr CHALLENGE WOMEN Active Day

in der Sparkasse Mittelfranken-Süd am Westring 38 in Roth (Foyer)

10.00 - 12.45 Uhr: Lauftraining / Yoga in Gruppen

* Gemeinsamer Lauf mit Lauf-ABC sowie vielen wertvollen Tipps von Sandra Mastropietro / Walk-Smovey-Gruppe mit smoveyTRAINERIN Anita Grabendorfer

* Hatha Yoga powered by ELEMENTS

12:45 - ca. 14:00 Uhr: Get-2-Gether & Austausch mit Sandra bei Kaffee, Tee und leckerem Brunch.

10.00 - ca. 14.00 Uhr: Partnerstände von New Balance, AOK und TEAMsmovey
Bitte ein Handtuch mitbringen.

Der Challenge Women Active Day 2019 ist bereits ausgebucht. Ihr wollt euch auf die Warteliste setzen lassen? Dann schreibt eine E-Mail an: info@challenge-women.de

Die Teilnahme ist kostenfrei.

14:00 bis 18:00 Uhr: Charity-Schwimmen im Freizeitbad Roth

Schwimmen für einen guten Zweck – pro geschwommene Bahn gehen 50 Cent an den Hospiz-Verein Hilpoltstein-Roth.

Die Einteilung der Bahnen erfolgt vor Ort – einfach vorbeikommen und mitschwimmen!

Moderation: Julian Meinhold

Rahmenprogramm: Neoprentest mit blueseventy

17.00 Uhr: „Promischwimmen“

Unterstützt von der Sparkasse Mittelfranken-Süd und der Memmert GmbH + Co. KG und Speck Pumpen GmbH + Co.KG.

Anmeldung: nicht erforderlich

Sonntag, 5. Mai 2019

9.00 Uhr: Offizielle Radstreckenausfahrt und Laufeinheit

Park and Ride Parkplatz, Hilpoltsteiner Straße

Als letzten Schliff und zur Einstimmung auf den Wettkampf werden alle Interessenten mit professioneller und prominenter Begleitung auf den original Wettkampfstrecken durch den Landkreis Roth geführt. Anschließend laufen die Teilnehmer gemeinsam in Richtung Büchenbach zum Wendepunkt II der Challenge-Laufstrecke (ca. 12 km). Matthias Fritsch vom Professional Endurance Team und die Triathlon-Profis geben dabei Tipps für den Wettkampf, erklären die Wechselzonen und den Ablauf am Wettkampfwochenende.

9.00 Uhr: Begrüßung

9.30 - 14.00 Uhr: Training auf der Original-Radstrecke mit Besichtigung der Wechselzonen (ca. 100 km Rad, ab Park & Ride-Parkplatz)

ca. 14.30 Uhr: Laufeinheit zum Wendepunkt II in Büchenbach und zurück (ab Park & Ride-Parkplatz)

Die offizielle Streckenbesichtigung ist kostenlos. Wir bitten aber dringend um Voranmeldung, damit wir ausreichend Guides zur Verfügung stellen können: <https://www.professional-endurance-team.de/challenge-roth-active-seminare/offizielle-streckenbesichtigung-2019/>