

# Die Qual der Wahl?

Das Frühjahr naht und die Motivation für Sport im Freien steigt wieder - doch wie sieht es mit Deiner Ausrüstung aus?

## Infoveranstaltung im Gemeindehaus Großhöhenrain am 07.03.2009 um 15:00 Uhr



### Vortrag 1

#### Lauf- und Walkingschuhe kritisch betrachtet.



Ein Vortrag von **Hans Resch**,  
Fuß- und Sportschuhexperte mit langjähriger Lauferfahrung



Themen:

- Was muss der Lauf- und Walkingschuh können?
- Dämpfungssysteme - wie wichtig sind sie wirklich?
- Ist eine Verletzungsvorbeugung durch den richtigen Sportschuh möglich?
- Laufanalyse - Pro u. Kontra
- Markenkult - muss es wirklich das Top-Modell der Firma XY sein?
- Wann braucht man Sporeinlagen?



### Vortrag 2

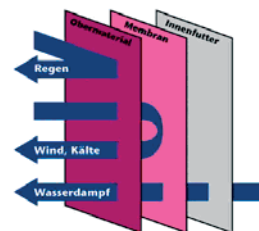
#### Warum Funktionskleidung und Funktionswäsche ?



Ein Vortrag der Firma **GORE**

Themen:

- Was versteht man unter Funktionswäsche?
- Synthetik oder Wolle - Pro und Contra?
- Zwiebel- oder Schichtenprinzip?
- Leistungssteigerung durch Funktionsbekleidung?



Eintritt für Unkosten 2,- €.

Für das leibliche Wohl zwischen den Vorträgen ist mit Kaffee und Kuchen bestens gesorgt.

Veranstalter SC-Höhenrain