



## Ihre Gesundheit. Immer einen Schritt voraus.

Erfolg, Glück und Zufriedenheit sind eng verbunden mit körperlicher Gesundheit. Deshalb wird in den Mitgliedsunternehmen des regionalen Netzwerkes „Vitale Unternehmen“ das Betriebliche Gesundheitsmanagement großgeschrieben.

Ziel der „Vitalen Unternehmen“ ist es, ihre Mitarbeiter für ein gesundheitsbewusstes Verhalten zu begeistern.

Mittlerweile gehört der ERH Vitallauf zum festen Repertoire des Netzwerkes. Natürlich sind Sie auch in diesem Jahr zum neunten ERH Vitallauf herzlich eingeladen. Wir freuen uns auf zahlreiche Teilnehmer, viele Zuschauer und ein gemeinsames sportliches und gesundheitsförderndes Event.



Unterstützer:  
**adidas**

GROUP

**ACANTUS**  
\*\*\*\* HOTEL & RESTAURANT

**Fachklinik  
Herzogenaurach**

**Stadt- und Kreissparkasse  
Erlangen-Höchstadt Herzogenaurach**

**the nature network®  
Martin Bauer Group**

LANDKREIS  
ERLANGEN-HÖCHSTADT

**Lauf  
Mühle**  
Leben Meistern

**sepp.med**  
Qualität sichert Erfolg

**PROC-IT**  
professionelle menschen und software

Veranstalter:  
ERH Vitallauf e.V.  
Am Mühlberg 36  
91085 Weisendorf

**Zaunfa**  
DER MOBILZAUN-PROFI

**Hofmann**  
Schneider Bräunereien

**SBK**

**IMO**

**medwork**

**infoteam**  
software AG

**ProLeiT**

**PETER BREHM**  
Die Präzision in Titan  
für den Menschen

**ALDI  
SÜD**

**Lebenshilfe**  
Erlangen-Höchstadt  
miteinander - mittendrin  
50 Jahre

Wir Gastgeber sind immer täglich, 365  
**Franken WC**



ERH Vitallauf ab 17:30 Uhr  
Acantus Hotel – Ringstr. 13  
91085 Weisendorf – Oberlindach



Sehr geehrte Bürgerinnen und Bürger,  
liebe Lauffreundinnen und Lauffreunde,

bereits zum neunten Mal laden die Vitalen Unternehmen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter ein, mit Spaß etwas für ihre Gesundheit zu tun. Dem ERH-Vital-Lauf als Event der Extraklasse fiebern nicht nur das Organisations-team, sondern auch viele Läuferinnen und Läufer entgegen. Daher freue ich mich sehr, auch dieses Mal Schirmherr des Laufes zu sein.

Viele laufbegeisterte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter haben sich sorgsam auf die verschiedenen Strecken vorbereitet. Unsere fränkische Weiher-, Wald- und Wiesenlandschaft bietet sich gerade dazu an, um erholsame Spaziergänge, Walkingtouren oder auch sportliche Läufe zu tätigen.

Gesundheit und der Spaß am Laufen stehen im Vordergrund unseres Vitallaufs. Hier begegnen sich Gleichgesinnte, treffen sich Hobby- und Spitzenathleten, darunter Sportbegeisterte aus allen Generationen. Das prägt persönliche Fähigkeiten wie Geduld, Selbsterkenntnis und Durchhaltewillen.

Nicht nur bei den Aktiven fließt dabei der Schweiß. Viel Schweiß, Herzblut und Arbeit haben auch die Helferinnen und Helfer in das Event investiert. Ich danke den Vitalen Unternehmen, seinem fleißigen Helferteam für die stets einwandfreie Organisation.

Ich wünsche allen Sportlerinnen und Sportlern, dass sie gut ins Ziel kommen und sich unabhängig von ihrer Leistung feiern können. Lassen Sie sich inspirieren von den einladenden Streckendetails und tauschen sie sich untereinander aus.

Den sicher wie immer zahlreichen Zuschauerinnen und Zuschauern wünsche ich viel Freude beim Anfeuern der Akteure.

Mit sportlichen Grüßen

Alexander Tritthart  
Landrat



## Teilnahmeinformationen

Eine Anmeldung ist nur über die Internetseite des ERH Vitallauf e.V. im Landkreis Erlangen-Höchstadt möglich:

<https://www.erh-vitallauf.de>

Online-Anmeldeschluss: 13.09.2019

### Das Startgeld beträgt:

3,30 € für den Präventionslauf  
3,30 € für die Walkingstrecke  
6,60 € für den Gesundheitslauf  
10,00 € für den Fitnesslauf

Die Spende 2018 ging an das  
Seniorenprojekt „SENIOREN-AKTIV-TAG“  
Informieren, Schauen und Ausprobieren



## Programm

17:30 Uhr Start der Walker  
17:50 Uhr Start Präventionslauf, Gesundheitslauf  
und Fitnesslauf

Die Ausgabe der Startunterlagen erfolgt jeweils bis 30 Minuten vor dem Start!

Ab 19:00 Uhr After Run Party mit Live Musik  
20:00 Uhr Siegerehrung und große Tombola



## Strecken:

**Peter-Brehm-Fitnesslauf**, ca. 10 Kilometer, mit Zeitmessung.  
Für alle geeignet, die sich gerne mit Anderen messen.  
Start 17:50 Uhr.  
(Teilnahme ab Geburtsjahr 2006 möglich).

**Infoteam-Gesundheitslauf**, ca. 6,6 Kilometer.  
Für alle geeignet, die gerne ohne Druck laufen.  
Start: 17:50 Uhr.

**SBK-Präventionslauf**, ca. 3,3 Kilometer.  
Für alle geeignet, die Lust auf Bewegung in der Natur haben und  
Geselligkeit lieben.  
Start: 17:50 Uhr.

**Laifer Mühle-Walkingstrecke**, ca. 3,3 Kilometer.  
Für alle Walkingfreunde, die es gesund und gemütlicher angehen  
möchten.  
Start: 17:30 Uhr.

## Tombola:

Unter allen Anwesenden werden attraktive Sachpreise verlost. Als  
Hauptpreis winkt ein SBK-Wellness-Wochenende im Sibyllenbad  
Neualbenreuth.