

38. Zürcher Silvesterlauf



Liebe(r) LäuferIn

Wir freuen uns, dir den ersten Newsletter zum 38. Zürcher Silvesterlauf 2014 schicken zu dürfen! Er enthält wichtige Infos rund um die Strecke, Anmeldefristen, Startgeldstaffelung, Vorbereitungskurs und vieles mehr.

Viel Spass beim Lesen

Bruno Lafranchi
OK-Präsident



Gleiche Strecke - neuer Zieleinlauf

Von der Laufstrecke des Zürcher Silvesterlauf sind wir nach wie vor überzeugt, sie ist einfach perfekt für eine schnelle Zeit, aber auch um das herrlich weihnachtlich geschmückte Zürich im Dezember zu bestaunen.

Ist das Fraumünster in Sicht, so hast du's fast geschafft und das Ziel ist nicht mehr weit! In der Fraumünstergasse hast du genügend Platz, dich gebührend feiern zu lassen. [Streckenplan online >>](#)

Anmeldung & Ausschreibung: Alle Infos auf einen Blick

Alles was du zum diesjährigen Zürcher Silvesterlauf wissen musst, findest du wie gewohnt in der Ausschreibung. Du hast noch keine? Dann nix wie los und gleich hier bestellen: info@silvesterlauf.ch



12:54 - 13.10.2014

Oder bist du etwa noch gar nicht angemeldet? Dann wird's aber höchste Zeit!

Anmeldeschluss ist der 30. November 2014 (Poststempel); Online-Anmeldungen sind bis zum 7. Dezember 2014 möglich. Nachmeldungen können wir leider keine entgegennehmen.

[Hier geht's zur Online-Anmeldung >>](#)



2014 - Ein Jubiläumsjahr

Der Veranstalter des Zürcher Silvesterlauf, der Turnverein Unterstrass wird 150 Jahre! Anlässlich dieses Jubiläums organisiert der Verein viele Events und bietet einzigartige Attraktionen. [Hier erfährst du mehr über den TVU und das Jubiläum >>](#)

Auch das diesjährige Visual kommt vom TVU, genauer gesagt von Peter Hürzeler, Cartoonist und längjähriges TVU-Mitglied!

Wir durften ihm einige Fragen stellen und präsentieren dir im nächsten Newsletter gerne das Interview - du darfst dich freuen.

Startgeldstaffelung - Spare Bares

Wer sich noch bis zum 14. November 2014 anmeldet, profitiert von Earlybird-Preisen und spart bares Geld! [Die genauen Preise inkl. Rabattangaben sind auf unserer Webseite zu finden.](#)

[Auch anmelden kannst du dich online >>](#)



Marathon-Vorbereitungskurs

In unserem Laufkurs bereiten wir dich nicht nur körperlich sondern auch mental perfekt auf den 13. Zürcher Marathon oder einen anderen Marathon vor. Wir vermitteln dir mit unseren Vorträgen auch Wissen über verschiedene Lauftechniken und -Stile, Trainingsgestaltung, Krafttraining, Dehnübungen und vieles mehr - es lohnt sich garantiert!

Alle weiteren Infos findest du im angehängten Flyer.

MIGROS



Impressum

Verein Zürcher Silvesterlauf, TV Unterstrass, Postfach 8025, 8036 Zürich, Fax 044 480 25 56, info@silvesterlauf.ch