

Fax-Anmeldung an: 050 41 94 40-49

Oder online unter: www.metafackler.de/sportlertag2019

- Ja, ich nehme am meta-Sportlertag am 31.08.2019 teil.
Den Kostenbeitrag von 20,00 Euro pro Teilnehmer für Vorträge, Speisen und Getränke überweise ich nach Erhalt der Anmeldebestätigung/Rechnung.

Eine Bezahlung vor Ort ist leider nicht möglich.

Haftungsausschluss:

Ich nehme an der Veranstaltung auf eigene Verantwortung und Gefahr teil.

Während der Veranstaltung werden Fotos aufgenommen. Mit der Anmeldung stimme ich der Erstellung, Speicherung sowie Veröffentlichung der Aufnahmen zu.

Meine Angaben zur Anmeldung werden firmenintern gespeichert und verarbeitet.

- Ja, ich stimme zu.

Detaillierte Informationen zum Umgang mit Nutzerdaten befinden sich in der Datenschutzerklärung der meta Fackler Arzneimittel GmbH unter: www.metafackler.de/jj/privacy

Vorname/Name

Straße/Nr.

PLZ/Ort

E-Mail

Datum/Unterschrift

Der Veranstaltungsort – meta Fackler Arzneimittel GmbH, Springe

Die meta Fackler Arzneimittel GmbH befindet sich im Industriegebiet von Springe, Philipp-Reis-Straße 3.

Mit dem Auto erreicht man Springe aus Richtung Hameln und Hannover über die Bundesstraße 217.

Vor und hinter dem Firmengebäude befinden sich ausreichend Parkplätze.

Anreise per Bahn möglich, Fußweg vom Bahnhof zu meta Fackler ca. 10 Minuten.

Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt. Das Orga-Team behält sich vor, evtl. die Lauflängen zu variieren.

Umkleieräume vorhanden, keine Duschköglichkeit. Wechselkleidung mitbringen!

Veranstalter

meta Fackler Arzneimittel GmbH
Philipp-Reis-Str. 3 · 31832 Springe
Telefon: 05041 9440-10
Telefax: 05041 9440-49
E-Mail: kontakt@metafackler.de
www.metafackler.de



meta-Sportlertag Faszination Triathlon

31. August 2019
Springe am Deister



Liebe Sportlerinnen und Sportler,

Triathlon ist ein Sport für Verrückte. Diese Ansicht hält sich hartnäckig, und ein bisschen Verrücktheit gehört wohl dazu, um die drei unterschiedlichen Disziplinen zu bewältigen. Es muss aber nicht immer gleich ein Ironman sein. Besonders der Volkstriathlon ist für Hobbytriathleten die beste Möglichkeit in den faszinierenden Sport einzutauchen. Doch bis dahin heißt es, sich gewissenhaft auf die bevorstehenden Aufgaben und persönlichen Ziele vorzubereiten. Da Triathlon ein intensives und zeitaufwendiges Hobby ist, sollte die Trainings- und Wettkampfsaison gut geplant werden, ohne dabei die Gesundheit außer acht zu lassen, denn diese ist ein wichtiger Faktor auf dem Weg zum Ziel.

- Wie kann ich mein Training optimal aufbauen, um die Leistung zu steigern?
- Was muss ich bezüglich meines Muskel-Skelett-Systems unbedingt beachten?
- Welchen Beitrag kann hierbei die naturheilkundliche Medizin leisten?

Um diese Fragen zu beantworten, haben wir kompetente Triathleten, Trainingscoaches und Mediziner eingeladen, die ihre Erfahrungen mit Euch teilen werden. Bei interessanten und kurzweiligen Vorträgen gibt es die Möglichkeit in lockerer Atmosphäre Fragen zu stellen und zu diskutieren. Abgerundet wird der Tag mit einem Praxis-Check: Ein Lauftraining mit unseren Experten.

Euer Ziel ist der Triathlon - unser Ziel ist Eure Gesundheit. Darauf wollen wir Euch an unserem meta-Sportlertag vorbereiten.

Euer meta-Fackler-Team

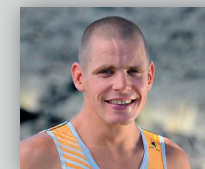
Das erwartet Euch am 31.08.2019:

- 09:45 **Begrüßung**
- 10:00-10:45 **Aloha und Mahalo! – Das Abenteuer Hawaii im Doppelpack,**
Leila Künzel und Alexander Martin
- 10:45-11:30 **Effektive Regeneration als Schlüssel zum Trainingserfolg,**
Mario Schmidt-Wendling und Pascal Ramali
- 11:30-12:00 Kaffee & Kekse beim **Triathlon-Talk**
- 12:00-12:30 **Faszination Triathlon – Ironman Hawaii,**
Dr. med. Robin Chudalla
- 13:00-14:30 **Praxis-Check:** Lauftraining im Deister (kleine Gruppen, Distanz: 5 oder 10 km, unter Anleitung der Referenten)
- ab 14:30 Getränke & Bio-Bratwurst auf dem Firmengelände meta Fackler

Moderation der Veranstaltung:
Jan Raphael & Dr. Ricarda Fackler

Limitierte Plätze,
rechtzeitig anmelden!

Referenten



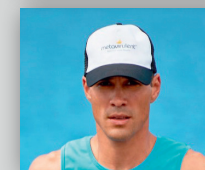
Jan Raphael

Deutscher Meister Triathlon
Langdistanz 2017



Mario Schmidt-Wendling

Sportwissenschaftler und Trainingscoach,
ehemaliger Radprofi und Triathlet



Pascal Ramali

Gewinner Ironman Maastricht 2018,
Finisher Ironman Hawaii 2018
Europameister AK 30



Leila Künzel und Alexander Martin

Finisher Ironman Hawaii 2015 und 2018



Dr. med. Robin Chudalla

Facharzt für Orthopädie und
Sportmedizin, Laatzen

