



# Frauen-Zimmer Spendenlauf

Laufen und gleichzeitig Gutes tun!

Samstag, 21. 09. 2013 ab 10:00 Uhr, Dillenburg

Start: Höhe der Gaststätte Erbse, 10 Euro Startgeld\*

## Laufen und gleichzeitig Gutes tun - Spendenlauf am 21. 09. 2013

Genau DAS können Sie am 21. 09. 2013 in der Dillenburger Altstadt tun.

Dieses Jahr findet zum ersten Mal ein Frauen-Zimmer Spendenlauf in Dillenburg statt. Mitlaufen können alle sportbegeisterten Männer und Frauen, die Lust auf Bewegung haben und gleichzeitig Gutes tun wollen. Auch Firmenteams sind herzlich eingeladen mitzulaufen.

Den Startschuss gibt Bürgermeister Lotz am Samstag um 10 Uhr morgens in der Dillenburger Altstadt in der Höhe der Gaststätte Erbse. Der Lauf führt an den historischen Sehenswürdigkeiten von Dillenburg vorbei.  
Werden auch Sie zum Spendenläufer!

## Strecke & wichtige Informationen des Spendenlaufs am 21. 09. 2013

Die Läuferinnen und Läufer haben die Wahl zwischen einer 5 km oder 10 km Strecke, die sowohl laufend als auch walkend zurückgelegt werden kann. So ist für jede Fitness etwas dabei

Beide Strecken führen vorbei an den historischen Sehenswürdigkeiten von Dillenburg, wie zum Beispiel dem Wilhelmsturm, der Villa Grün, dem Landgestüt oder der historischen Altstadt. Die Ausgabe der Startnummern erfolgt im Dillenburger Stadion. Dort haben die Läuferinnen und Läufer auch die Möglichkeit, sich im Anschluss an den Lauf frisch zu machen. Die Siegerehrung findet im Café Cross / FeG um 13:30 Uhr statt.

## Anmeldung Spendenlauf

Das Anmeldeformular erhalten Sie bei allen Ausstellern des Frauen-Zimmer Events oder Sie können es sich unter [www.frauenzimmer-dillenburg.de](http://www.frauenzimmer-dillenburg.de) herunterladen. Der Anmeldeschluss ist am 19. 09. 2013 um 12:00 Uhr.

Das ausgefüllte Formular können Sie entweder unterschrieben an [frauenzimmer-spendenlauf@web.de](mailto:frauenzimmer-spendenlauf@web.de) senden oder einfach bei den Ausstellern des Frauen-Zimmer Events abgeben.

Die Startgebühr beträgt 10 Euro und unterstützt die Dillenburger Einrichtung Kreativ e.V. und die Oase Dillenburg.

Fragen können Sie uns gerne an [frauenzimmer-spendenlauf@web.de](mailto:frauenzimmer-spendenlauf@web.de) senden.

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldungen.

Veranstalter: Frauen-Zimmer Dillenburg e.V. [www.frauenzimmer-dillenburg.de](http://www.frauenzimmer-dillenburg.de)





# Frauen-Zimmer Event

Schönes - exklusiv für die Frau!

Samstag, 21. 09. 2013 ab 9:30 Uhr, Café Cross / FeG

Stadionstr. 4, 35683 Dillenburg, Eintritt 3 Euro\*

Wir öffnen die Türen ins Frauen-Zimmer am 21. 09. 2013 um 9:30 Uhr, Café Cross / FeG

Dort erwartet Sie:

Neue Frisuren- & Mode-Trends, Schönheits-Tipps, Floristik & Dekoration, atemberaubender Schmuck, edle Ledertaschen, neue Düfte, tolle Schuhe, außergewöhnliche Fotos, kreative Möglichkeiten, alles zum Thema Sehen und Hören, wichtige Infos zur Gesundheit, die neusten Fitness-Outfits, Sport-Workoutprogramme, Finanztipps, wundervolle Brautkleider, alles zum Thema Reisen, kreative Patchworkarbeit sowie Kostproben aus dem Thermomix.

Erleben Sie interessante Fachvorträge, tolle Modenschauen, Aroa- und ZumbaVorführungen und haben Sie mit uns einen schönen Tag für Körper, Geist und Seele. Wir freuen uns auf Sie.

\*Der Erlös (Eintritt) geht an den Verein „Kreativ“/offene Jugendarbeit der FeG und an die „Oase“ Dillenburg.

# Programm

- 10:00 Uhr Eröffnung Frauen-Zimmer und Startschuss Spendenlauf an der Erbse; Bürgermeister Lotz
- 10:45 Uhr Vortrag; Dr. med. Tomislav Dodic, Klinik für Plastische & Ästhetische Chirurgie, „Moderne Möglichkeiten der Ästhetischen Chirurgie“
- 11:30 Uhr „Zumba“, „Modenschau“, „Brautmoden“
- 13:00 Uhr Siegerehrung Spendenlauf
- 14:00 Uhr Vortrag; Dorothee Ogroske Dipl. Biol., Heilpraktikerin, „Hormonelle Balance in den Wechseljahren“
- 14:30 Uhr „Aroa“, „Modenschau“, „Brautmoden“
- 15:30 Uhr Vorführung; Annette Hajek staatl. gepr. Kosmetikerin, „Anti Aging in neuen Formen,“
- 16:15 Uhr Vortrag; Dorothee Ogroske Dipl. Biol., Heilpraktikerin, „Schüssler Salze“
- 18:00 Uhr Ende der Veranstaltung



Urlaub ist ein Versprechen.



**Schuhhaus Discher**

Schuhhaus Discher in Medenbach  
Wingerstr. 2-4 · Tel. 0 27 77/15 69  
Öffnungszeiten:  
Mo. - Fr. 9.30 - 12.30 / 14.00 - 18.00 Uhr  
Sa. 9.30 - 13.00 Uhr



Thermomix der Alleskönner

Beratung und Verkauf  
Uschi Pietsch  
Im Gründchen 18a  
35683 Dillenburg  
Tel. 02771/35262  
Uschi-TM31@gmx.de

