

Laufsport an der Emme



Über Stock und Stein

Am Samstag, 10. September 2011 fällt der Startschuss zur 15. Austragung des Ämmelauf Littau.

Aus bescheidenen Anfängen hat sich der Ämmelauf zu einem Laufsportereignis mit Ausstrahlung in die ganze Zentralschweiz – und darüber hinaus – entwickelt.

Ab 13:30 Uhr geht bei den Piccolo- und Schülerläufen (600m/1100m) so richtig die Post ab. Die attraktive Strecke über die Matthöhe lädt zum Zuschauen ein, stimmungsvolle Momente sind garantiert.

Der Hauptlauf (10 km; ca. 100 Höhenmeter) ist auf 15:00 Uhr angesetzt und führt nach einer «Dorfrunde» hinunter zur



Kleinen Emme – mehr als 70 % der Strecke führen über Naturwege! Start und Ziel befinden sich auf dem Littauer Dorfplatz.

Der familiäre Charakter verleiht dem Ämmelauf Littau einen speziellen Flair und dürfte gerade Läuferinnen und Läufer ansprechen, die eine Alternative zu den unüberschaubar gewordenen Megaevents suchen.

Sämtliche Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit Jahrgang 1996 und jünger erhalten eine schöne Erinnerungs-Medaille, die älteren TeilnehmerInnen ein tolles, hochfunktionelles Laufshirt.

Der Ämmelauf zählt in diesem Jahr zum erstmals ausgetragenen LZ Laufcup Zentralschweiz (siehe www.lzlaufcup.ch) sowie

ebenfalls auch zum Laufcup von Swiss Masters Running (siehe www.smr.ch).

Die bewusst niedrig angesetzten Startgelder sollen die Freude an der sportlichen Betätigung in der freien Natur wecken sowie insbesondere Kinder und Jugendliche zur Teilnahme motivieren. Die jährlich hohe Anzahl aktiver Schülerinnen und Schüler belegt den Erfolg hierbei nachhaltig. Das OK Ämmelauf Littau freut sich auf eine rege Teilnahme und wird wie immer alles daran setzen, allen Anwesenden ein tolles Laufsport-Erlebnis zu bieten!

Alle weiteren Infos finden sich auf www.aemmelauf.ch

Furrer Schreinerei

Fensterfabrikation
Reparaturen

Ritterstrasse 12 6014 Luzern

Tel. 041 250 29 07 Fax 041 250 29 44

Holz-Metall-Renovationsfenster

Claude Bucher AG SPENGLERTECHNIK



Staldenhof 8
6014 Luzern

Tel: 041 / 250 57 48
Fax: 041 / 250 50 04

info@claudebucherag.ch
www.claudebucherag.ch

- Spenglerarbeiten
- Spengler Baudienstleistungen
- Metallbau Fertigteile
- Blitzschutzanlagen
- Metalldächer
- Flachdach-Arbeiten
- Fassaden

garage zemp
Wegweisend in Qualität und Service

Adolf Zemp

Thorenbergstrasse 25
6014 Littau
Tel. 041 250 44 50
Fax 041 250 44 78
garage-zemp@swissonline.ch
info@garage-zemp.ch

seit 1975

le GARAGE

MACHT AUS ALLEN EINEN WOODY.

Bringen Sie Ihre Persönlichkeit zum Tragen.



brillen und kontaktlinsen
ruopigen Zentrum
6015 luzern - reussbühl



ruopige optik

tel. 041 252 01 01
fax 041 252 01 02
ruopigeoptik@bluewin.ch

camenzind
malen & tapezieren

jetzt aktuell:
FASSADENRENOVATIONEN

rothenbad 16 • 6015 luzern
tel 041 260 40 10 • fax 041 260 40 24
e-mail maler.camenzind@bluewin.ch

BUOB HOLZBAU AG

Luzern Littau
www.buobholzbau.ch

Coiffeursalon Monika

Öffnungszeiten (durchgehend)
Dienstag bis Freitag
08.00 – 18.30 Uhr
Samstag
08.00 – 14.00 Uhr

Monika Häfliger
Ruopigenring 119
6015 Luzern
Tel. 041 250 44 26

10% Ermässigung auf Neukunden bei Abgabe dieses Talons (Nicht kumulierbar, pro Person)

Der Schrank-Spezialist

Staldenhof 1a, 6014 Luzern (Litauer-Boden)
Tel. 041 340 58 00; Fax 041 340 58 17
www.schrankspezialist.ch

Schrank-Systeme nach Mass!
Besuchen Sie unsere Schrank-Ausstellung, wir beraten Sie gerne.
Das Team „Der Schrank-Spezialist“

Ausstellung offen:
Di.–Fr.: 10–12 + 14–18 Uhr
Sa. 9–4 Uhr

Ihr Partner wenn's um's Elektrische geht!

Elektro Fuchs Littau GmbH

041 250 27 27

Grubenstrasse 11 | 6014 Luzern | www.elektrofuchs.ch

Wärme-, Kälte-, Brandschutz- und Schallisierungen
wanzenried + baur ag
luzern

Staldenhof 14 | 6014 Luzern
Tel. 041 250 55 45 | Telefax 041 041 250 11 46
E-Mail: kontakt@wb-luzern.ch