

ceruttschrift+grafik
Beschriftungen - Visuelle Gestaltung



Staldenhof 2 6014 Luzern · fon 041 220 20 32
www.ceruttigrafik.ch

GFAHRL OS
MIT CLAUDIO WYMAN



www.gfahrlos.ch
andreas@fahrlos.ch
Telefon 041 534 06 36
Mobil 078 773 32 87

1 FAHRSTUNDE GRATIS:
10 FAHRSTUNDEN INKL. VERSICHERUNG
ZUM PREIS VON 200.- STATT
200.- BEEI ABGABE DIESER MONAT.

ENKÖSBAR BIS 31.12.2014
NUR FÜR ANMELDEBEREICH
STADT LUZERN UND UMLIEGENDE
GEBIETE

Furrer Schreinerei
Fensterfabrikation | Reparaturen
Ritterstrasse 12 | 6014 Luzern-Littau
Tel. 041 250 29 07 | Fax 041 250 29 44

**Holz-Metall-
Renovationsfenster**

Coiffeursalon Monika

Offnungszeiten (durchgehend)
Dienstag bis Freitag
08.00 - 18.30 Uhr
Samstag
08.00 - 14.00 Uhr

Monika Häfliger
Ruopigenring 119, 6015 Luzern
Telefon 041 250 44 26

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

regionaler KANTOR
luzern-littau

Maler Kantor GmbH
6014 Luzern-Littau
041 250 52 72
079 302 60 73

www.kantor.regionaler.ch

DER Laufsportspezialist in der Zentralschweiz - bereits in zweiter Generation

**30 Jahre Erfahrung, 9 Laufschuhmarken,
200 verschiedene Schuhmodelle sowie
Beratung und Knowhow auf höchstem Niveau.
Mit uns laufen Sie richtig !**



www.wirtssportluzern.ch

WIRTH SPORT
LUZERN

Winkelriedstrasse 25
Tel 041 210 38 53

M. BRUNNER TRANSPORT &
LUZERN LITTAU

**GEHT NICHT -
GIBTS NICHT**

EXTRA SCHWER, EXTRA BREIT, EXTRA LANG, EXTRA HOCH

MARTIN BRUNNER TRANSPORT AG
Bodenhof 12 · CH-6014 Luzern
info@brunner-transport.ch · www.brunner-transport.ch

Mega-Event «Näher beim Läufer»

Ämmelauf Littau 2014

Am Samstag, 13. September 2014 findet im Luzerner Stadtteil Littau zum 18. Male der Ämmelauf Littau statt.

Der familiäre Lauf im Luzerner Stadtteil Littau zählt, gerade im Vergleich zu den anderen Laufveranstaltungen, welche sich in dieser Jahreszeit anschicken, die nationale Läufergemeinschaft an die Startlinie zu locken, zu den eher kleineren Läufen dieser Art.

Die nach wie vor überschaubare Grösse des Anlasses hebt sich wohlthuend von den von nicht wenigen als eher unpersönlich empfundenen Mega-Events ab und verleiht dem Ämmelauf Littau diesen ganz speziellen Flair, den OK-Präsident Sandro Papenfuss gerne als «Näher beim Läufer» bezeichnet: «Nicht selten erreichen uns Rückmeldungen von Läufern, welche sich darüber gefreut haben, dass einer der zahlreichen Streckenposten sie auf ein bevorstehendes Hindernis wie einen Trottoirrand aufmerksam gemacht hat. Diese Identifikation mit dem Stadtteil, wie auch mit dem dann stattfindenden Lauf, ist unbeschreiblich und mit Garantie der grössten Erfolgsfaktor. Ohne begeisterten Helferinnen und Helfer wäre der Ämmelauf Littau undenkbar, ihnen gilt unser uneingeschränkter Dank! Gleiches gilt für unsere tollen Sponsoren, ohne welche eine solche Veranstaltung schlicht unmöglich wäre.»

Klar freut man sich im OK über steigende Teilnehmerzahlen, «aber sie sind nicht das einzige, an dem wir unseren Lauf messen. Ebenso wichtig ist uns die Zufriedenheit jedes einzelnen Läufers».

Als Finishergeschenk winkt ein tolles Funktionsshirt, bei den Kinderläufen werden schöne Medaillen abgegeben. Die Zeitmessung erfolgt wie gewohnt bequem mittels Chip.

Während die Jüngsten (Jahrgang 2007 und jünger) nach dem allerersten Startschuss um 13:30 Uhr bereits nach 600 Metern ihre wohlverdiente Erinnerungsmedaille in Empfang nehmen dürfen, führt die Schlaufe der Jugendläufe (Jah-



gänge 1999 – 2006, Distanz 1100 Meter) über die Matthöhe.

Dieselben 1100 Meter nehmen ab 15 Uhr auch die Läuferinnen und Läufer des Hauptlaufes unter die Füsse, bevor die Strecke dann vorbei an idyllischen Bauernhöfen hinunter zur Kleinen Emme führt. Während die ambitionierten Teilnehmer auf dem Weg nach Blatten und zurück hier ihre Tempohärte ausspielen können, geniessen die Hobbyläufer die abwechslungsreiche Strecke, die auf weiten Teilen wunderbar federnde Naturwege bietet.

Der Ämmelauf Littau zählt auch dieses Jahr wieder zum LZ-Laufcup (siehe lzlaufcup.ch) sowie – wie bereits 2011 – zum Masters Laufcup, der Meisterschaft von swiss masters running (siehe smrun.ch).

Sandro Papenfuss: «Wir freuen uns ausserordentlich, dieses Jahr wieder Austragungsort des Master Laufcups sein zu dürfen. Und da wir davon über-

zeugt sind, dass herausragende Leistungen in jedem Alter gewürdigt gehören, gibt es beim Ämmelauf Littau seit Jahren bereits fix die Kategorien W70 resp. M70! Und das ohne Wenn und Aber, ohne Mindestzahl von klassierten Läuferinnen und Läufern!»

Die Anmeldung für den Lauf vom 13. September 2014 ist ohne Aufpreis noch bis zum Sonntag, 7. September 2014 (online: Mittwoch, 10.9.2014) möglich. Wer sich am Lauftag selber nachmelden möchte, kann dies gerne ab 11.30 Uhr bei der Startnummernausgabe beim Schulhaus Littau Dorf tun (bis 30 Minuten vor dem jeweiligen Wettkampf). Die Nachmeldegebühr beträgt CHF 5.- für Erwachsene und die Nachmeldung von Jugendlichen und Kindern ist selbstverständlich kostenlos.

Alle weiteren Infos finden sich auf der Homepage des Ämmelauf Littau: www.aemmelaufl.ch