

1. Genusslauf-Marathon

Ein Marathon der besonderen Art

**„Genusslauf-Marathon? Ohne Zeitnahme und Klasse-
ment! Bringt das was?“ - „Ich sage ja!“ – „Warum?“ –
„Darum!“**



7 Std. laufend vergnügen – Höhlen erforschen – Burgen erobern – Berge erklimmen – in Täler eintauchen – Felsnadeln bewundern, Flüsse begleiten – Mühlen betrachten – Laub rascheln – Gymnastik treiben

„Was, das genügt Dir nicht? Na gut, es wurde viel geredet!“

philosophisches – humorvolles –
läuferisches – geschäftliches –
nettes und freches – sinnvolles –
oberflächliches – tiefgründiges –
kontaktförderndes – hämisches –
hilfreiches - ... und telefonisches



„Du fragst nach der Verpflegung? – Heckklappe öffne sich!“



Früchtetee – Yogitee – Wasser –
Schorle – Cola – Nusszopf –
Trockenfrüchte – Gummibären und
Colaflaschen – Schaumküsse – Brot
– Bananen – Mandarinen –
Schokolade

„Und Du hast nicht mal ein Finisher-Shirt und einen Sack voller Proben und Prospekte mit nach Hause gebracht?“ – „Nein! Dafür...“

Lauf-Know-how – Berichte über Laufveranstaltungen – eine neue Definition des Suchtbegriffs¹ – Lebensphilosophien² - eine professionelle Zahnreinigung³ - die passende Zusatzversicherung⁴ - eine Verpflichtung zum Via Carolina Running⁵ - viele neue Witze⁶ – ein Coaching⁷ – zu guter letzt: Göttlichen Segen und Beistand⁸



„Und das alles zum Nulltarif! Doch nicht bei Fielmann! Danke Thomas, Danke Gabi!“

¹ Sucht ist immer etwas Passives! Laufen und Küssen sind hingegen Aktives!

² Wie erkenne ich eine gute Küsserin am Laufstil?

³ Ohne die wird nicht geküsst!

⁴ Damit das Küssen nicht zu teuer wird!

⁵ <http://www.runbiz.de/viacarolina-lauf/index.htm> - dort wird nicht geküsst! :-)

⁶ Wodurch gibt sich ein Unternehmensberater zu erkennen? (Hinweis: keinesfalls durch Küssen!)

⁷ inkl. Adresse einer Flirtlehrerin

⁸ für den, der nicht geküsst wird?