

Endlich wieder: Laufend Gutes tun

Montag, 11. April 2022

Grosse Vorfreude herrscht: Nach erzwungener Corona-Pause geht der beliebte MS Spendenlauf 2022 wieder voller Elan an den Start.

Das Familien- und Breitensporterlebnis in der schönen Natur rund um Oberrieden wird am Sonntag, 29. Mai, von 7.30 – 16.00 Uhr wieder viele Bewegungshungrige anlocken, die zudem Gutes für MS-Betroffene tun.

Eine Variable...

«Der Anlass findet bei jedem Wetter statt.» Ein Zusatz in der Ausschreibung, der absolut seine Berechtigung hat, reichen die klimatischen Bedingungen doch von 27 Grad im Schatten 2018 bis Temperaturen im null-Grad-Bereich, kombiniert mit Schnee bis in tiefe Lagen, 2019. Den vielen hochmotivierten Läufern, Nordic Walkerinnen, Wanderern oder Spaziergängerinnen wird das egal sein. Alles eine Frage der Einstellung (und des Kleiderschranks).

Viele Konstanten...

Gutes tun und etwas für die Gesundheit, ohne Stress, im individuellen Tempo und mit dem Spass im Mittelpunkt, das war, ist und bleibt auch das Motto des «Oberriedeners». Man lässt sich von Freunden oder Verwandten sponsern oder leistet selbst einen Beitrag von mindestens 3 Franken pro Kilometer. Passend dazu gibt es für jede Ambition schöne Strecken, teilweise idyllisch, gelenkschonend durch den Wald oder für Rollstuhlfahrende mit Swiss-Trac geeignet.

Bekannte und Bewährtes...

Viel Wiedersehen wird erwartet. Mit an Bord ist auf jeden Fall wieder Jean-Louis Joliat aus Riehen bei Basel. Der mittlerweile 87-jährige lässt es sich nicht nehmen, beim Comeback des MS-Spendenlaufs dabei zu sein. Klar, wegen dem Lauf und den Spenden, aber sicher auch wegen der entspannten Atmosphäre, dem Rahmenprogramm mit Tombola, der grossen Gastfreundschaft der Wandergruppe Oberrieden als Gastgeber und deren kulinarischen Angeboten.

Sinnvoll Neues...

Eine praktische Novität gibt es dann doch: Die neu geschaffene Möglichkeit zur Online-Anmeldung ist komfortabel und motivierend, denn die Teilnahme kann gleich

via Social Media oder E-Mail an eigene Kontakte (mit)geteilt werden.

Auf was warten Sie? Melden Sie sich jetzt solo oder im Team unter [ms-spenden-lauf.ch](https://www.ms-spendenlauf.ch) an.

Wir freuen uns auf Sie!

Schweiz. MS-Gesellschaft, Josefstrasse 129, Postfach, CH-8031 Zürich
Tel. 043 444 43 43 | info@multiplesklerose.ch | www.multiplesklerose.ch