

Einladung 13. Networking Sportstadt Luzern

Thema: Trainieren bei Hitze

Datum: Dienstag, 22. September 2026, 18.00 bzw. 18.30 Uhr bis ca. 20 Uhr (mit Essen 21 Uhr)

Ort: Eiszentrum Luzern, Eisfeldstrasse 2, Luzern ([Karte](#)), s. auch Plan nächste Seite

Das Programm

- **18 Uhr** vor Eingang Eishalle: **Rundgang für Interessierte** durch die sportliche Eis-Heimat von Hockey Club Luzern, Eisklub Luzern und Curling Luzern
- **18.20 bis 18.30 Uhr** Eintreffen im REZtaurant (Restaurant im Eiszentrum)
- **18.30 Uhr**, REZtaurant, Referat "Trainieren bei Hitze" von Corina Bello, mit Workshop und Diskussion
- Im Anschluss, um **ca. 20 Uhr**, sind alle Teilnehmenden zu einem **Nachtessen** im REZtaurant eingeladen
- **ca. 21 Uhr** Ende des Treffens

Eine **Anmeldung** zum Netzwerktreffen ist obligatorisch, bitte das [Formular](#) bis zum **17. September 2026** ausfüllen, besten Dank

Traktanden

1. Begrüssung

2. Hauptthema: Trainieren bei Hitze

Referat von Dr. med. Corina Manuela Bello, Sportärztin in der Hirslanden Klinik St. Anna im Bahnhof Luzern. Sie ist Mittel- und Langdistanz-Triathletin und bereitet sich aktuell intensiv auf den Ironman in Kona Hawaii im Oktober 2026 vor. Mit dem Thema «Trainieren bei Hitze» befasst sie sich seit langem intensiv.
Anschliessend Diskussion und Workshop in Kleingruppen.

3. Berichte und Informationen des Vereins Sportstadt Luzern

4. Veranstaltungen, Projekte, weitere Termine

5. Verschiedenes

Wir freuen uns auf zahlreiche Teilnehmende und einen spannenden Austausch.

Situationsplan

