

PRESSEMITTEILUNG DER STADT DORNSTETTEN

Finale der Dornstetter Buchwochen

Dornstetten | März 2023.

Die für ihre Schlagfertigkeit bekannte Nicole Staudinger sorgt am **23. März** mit ihrem Buch „Läuft schon!“ im wahrsten Sinne für eine bewegende Lesung.

Eine Lesung, die bewegt

In ihren Büchern, ihrem Podcast, ihren Seminaren und ihren TV-Auftritten verarbeitet Nicole Staudinger die eigene Krebserkrankung und den Weg zurück ins Leben und spricht ihren Zuhörern gleichzeitig Mut zu. Mit den Büchern „Leicht gesagt!“ und „Schlagfertigkeitsqueen“ verbesserte sie die Kommunikation ihrer Leserschaft. Das aktuelle Buch „Läuft schon!“ motiviert dazu, in Bewegung zu kommen. Den Zuhörern der Lesung am **23. März** empfiehlt sie, nicht lange nachzudenken, sondern am nächsten Morgen direkt den ersten Schritt zu tun: Wer möchte kann am **24. März** ab 9.00 Uhr mit der Autorin eine kleine Runde laufen gehen. Das Lauftempo wird gemeinsam gewählt. Eine vorherige Anmeldung für den Lauf ist erforderlich.

Zum Inhalt des Buches (Knaur Verlag): Lange Zeit stand für Nicole Staudinger fest: Sport ist Mord. Doch um nach ihrer Brustkrebserkrankung wieder zurückzufinden in ein gesundes und bewegliches Leben - und um ein paar Pfunde zu verlieren - begann die Schlagfertigkeitsqueen zu laufen. Und hörte nicht mehr auf: Mittlerweile hat sie ihren ersten Halbmarathon erfolgreich geschafft. Wie es ihr gelang, ihren inneren Schweinehund zu überwinden und Freude am Laufen zu finden, davon erzählt sie gewohnt humorvoll und mit viel Selbstironie. Motivation pur für alle, die mehr Bewegung in ihr Leben holen möchten - ganz ohne Perfektionsdruck.

Karten und weitere Informationen

Die Lesung beginnt um 20 Uhr und findet in der Dornstetter Zehntscheuer statt. Einlass ist ab 19.30 Uhr. Eintrittskarten gibt es bei der Buchhandlung Seeger unter 07443/28 23 22 und dem Kulturamt unter 07443/96 20 30. Anmeldungen zu dem gemeinsamen Lauf werden ebenfalls gerne unter oben genannten Telefonnummern entgegengenommen.

1.916 Zeichen



Abbildung 4: Nicole Staudinger (© Marcus Höhn)

Pressekontakt	
Tourist-Information & Kulturamt Dornstetten	Ellen Brede-Lenk
Marktplatz 1+2	72280 Dornstetten
Telefon 07443/9620-31	Telefax 07443/9620-49
E-Mail ellen.brede@dornstetten.de	Web www.dornstetten.de