

# Running Dinner



**Freitag, 10. Juli 2026**  
**ab 17 Uhr**

Ein „Running Dinner in 3 Gängen“ ist eine Veranstaltung, bei der ein komplettes Menü (Vorspeise, Hauptgang und Dessert) nacheinander in verschiedenen Wohnungen stattfindet. Jeder Teilnehmer (in Teams) kocht einen Gang zu Hause für andere Gäste und isst die anderen beiden Gänge bei anderen Teilnehmern. Die Gruppenkonstellation wechselt bei jedem Gang. Jedes Team kocht nur einen Gang. Das Konzept ermöglicht das Kennenlernen neuer Leute in einer ungezwungenen Atmosphäre.

## **So funktioniert es:**

- **Anmeldung:** Teilnehmerinnen melden sich als 2er- Kochteams an.
- **Gangzuweisung:** Jedes Team wird einem der drei Gänge (Vorspeise, Hauptgang oder Dessert) zugeteilt, den es zubereitet. Gleichzeitig bekommen sie ihre „Gäste“ für diesen Gang zugeteilt.
- **Gang 1 (Vorspeise):** Das Team kocht die Vorspeise bei sich zu Hause für 4 weitere Frauen (2 Kochteams), die zu Gast sind. Die Zusammensetzung der Gäste ist zufällig, sodass man neue Frauen kennenlernt.
- **Ortswechsel:** Nach dem Essen geht jede weiter zur nächsten Wohnung, um den Hauptgang bei einem anderen Team zu essen.
- **Gang 2 (Hauptspeise):** Jede bekommt den Hauptgang in einer anderen Wohnung vom anderen Teams serviert, das diesen Gang zubereitet hat. Wieder in einer neuen Gruppenkonstellation.
- **Ortswechsel:** Nach dem Hauptgang wechselt jede erneut den Ort, der ihm zugeteilt wird.
- **Gang 3 (Dessert):** Zum Schluss trifft man sich beim Dessert Team. Oft kennen sich hier nur wenige – ideal zum weiteren Austausch!

**Bitte anmelden bis zum 31.05.2026 bei Elke Pommer, Tel: 05401/999 33 oder e-Mail: [vorstand@kfd-hagen-atw.de](mailto:vorstand@kfd-hagen-atw.de) und du bist dabei!**