



Ellwanger Sparkassen- *Lauf in den Frühling*

Samstag, 23. März 2019

Start und Ziel an der Rundsporthalle



13:00 Uhr EnBW ODR Schülerlauf 1km (Jg. 2008 u. jünger)

13:15 Uhr EnBW ODR Schülerlauf 1km (Jg. 2004-2007)

13:30 Uhr Stadtwerke Ellwangen Hobbylauf 5km
auch Walking

14:15 Uhr Sparkassen Hauptlauf 10km



www.leichtathletik-ellwangen.de



Ellwanger Sparkassen-Lauf in den Frühling

Termin: Samstag, 23. März 2019

Ausrichter: DJK-SG Ellwangen e.V. Abt. Leichtathletik

Startzeiten und Strecken: **13:00 Uhr** EnBW ODR-Schülerlauf 1km (Jg. 2008 u. jünger)
13:15 Uhr EnBW ODR-Schülerlauf 1km (Jg. 2004 -2007)
13:30 Uhr Stadtwerke Hobbylauf 5km (eine Runde, auch Walking/Nordic Walking)
14:15 Uhr Sparkassen Hauptlauf 10km (zwei Runden)

Streckenbeschreibung: 5km und 10km: 5km-Rundkurs im Ellwanger Galgenwald (ca. 80 Höhenmeter), etwa 75% geschottert und 25% asphaltiert, der ein- (5km) bzw. zweimal (10km) gelaufen wird

1km: Rundkurs mit Wendepunkt (100% asphaltiert)



Anmeldung: Online: www.leichtathletik-ellwangen.de

Carmen Vaas, Rostocker Str. 47, 73479 Ellwangen
Tel.: 0157 8280 55 49

Voranmeldungen bis Mittwoch, 20. März 2019
Nachmeldungen bis 30 Minuten vor dem Start

Meldegebühren: (inkl. Verbandsabgabe)	Hobbylauf / Walking	5,-€
	Hauptlauf	5,-€
	Schülerlauf	2,-€
	Nachmeldung	3,-€ Zuschlag

Altersklassen:	U10	M/W8	2011 und jünger
		M/W9	2010
	U12	M/W10	2009
		M/W11	2008
	U14	M/W12	2007
		M/W13	2006
	U16	M/W14	2005
		M/W15	2004
		männl./weibl. U18	2002/2003
		männl./weibl. U20	2000/2001
		Aktive	1999-1990
		Senioren M/W 30	1989-1985
		Senioren M/W 35	1984-1980
		usw. bis Senioren M/W 75	1944 und älter
Wertungen:	Schülerlauf:	Altersklassenwertungen M/W15 bis M/W8	
	5km-Lauf:	U16 (2004 und jünger), U18, U20, Aktive, Senioren M/W30 bis M/W75	
		Für Walker/innen gibt es Zeitmessung für die Urkunden, es werden aber keine Platzierungen gewertet	
	10km-Lauf:	U18 (2002 und jünger), U20, Aktive, Senioren M/W30 bis M/W75	
Ehrungen:	Urkunden für alle Teilnehmer, Sonderpreis für das größte Team, Sachpreise für die drei schnellsten Läufer/innen über 5/10km		
Siegerehrung:	Zeitnah im Anschluss an den jeweiligen Lauf		
Teilnahmebedingungen:	Laufen ist gesund, trotzdem kann ein Lauf bei bestimmten Vorerkrankungen ein gesundheitliches Risiko darstellen. Eine Teilnahme ist daher nur in guter körperlicher Verfassung möglich. Eine erste Orientierung hierzu kann der PAPS-Test (www.paps-test.de) liefern, eine definitive Einschätzung der Sporttauglichkeit ist aber nur ärztlicherseits möglich.		
Datenschutz:	Mit der Anmeldung wird der Speicherung und Nutzung der personenbezogenen Daten durch den Veranstalter für die Zwecke der Durchführung der Veranstaltung eingewilligt. Die Ergebnisse der Laufveranstaltung werden vom Veranstalter gespeichert und in Ergebnislisten zusammengefasst. Der Teilnehmer stimmt der Veröffentlichung dieser Daten durch den Veranstalter in allen relevanten Medien zu. Der Teilnehmer willigt in die Veröffentlichung der während der Veranstaltung aufgenommenen Fotos auf unserer Homepage ein.		
Sonstiges:	Umkleiden/Duschen und Bewirtung in der Rundsporthalle Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr! Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Unfälle, Diebstähle oder sonstige Schäden jeglicher Art		