

Samstag
31.03.2012
Föhren

4. Offizieller Bendersbachtallauf 2012



25,2/10 km Freundschaftslauf und 8,5 km Walking ohne Zeitmessung

- Veranstalter:** LG Meulenwald Föhren e.V.
- Wettbewerbe:** 25,2 km + 10 km Lauf
8,5 km Walking
- Start/Ziel:** Viezkelterstation (Hofstr.), 54343 Föhren
- Startzeiten:** 15 Uhr
- Umkleide/Duschen:** Duschen und Toiletten in der Turnhalle im Grundschulkomplex (Ortsmitte, ca. 600 m vom Start entfernt). Toiletten auch im Start-/Zielbereich.
- Startgeld:** Wir erheben **kein Startgeld**, freuen uns aber über eine Voranmeldung, um Getränke und Speisen kalkulieren zu können.
- Info/Anmeldung:** **Anmeldungen** unter www.lg-meulenwald-foehren.de oder Email an info@lg-meulenwald-foehren.de.
Verpflegung: Im Start-/Zielbereich. Beim **25,2 km-Lauf** nach ca. 5,5 km und 14 km, sowie beim **10 km-Lauf** nach 5,5 km.
Im Anschluss Verpflegung im Gemeinderaum unter der Turnhalle.
- Nachmeldung:** Bis 30 Minuten vor dem Start.
- Strecke:** Die vielfältigen Laufstrecken machen den Meulenwald zu einem Läuferparadies. Ohne Frage ist der Lauf durch das Bendersbachtal eine der anspruchsvollsten, aber auch abwechslungsreichsten Strecken, die wir im Meulenwald laufen.
Der Hauptlauf über 25 km ist bestens geeignet für Läufer/innen, die auf einen Frühjahrsmarathon trainieren und für alle, die gerne einmal 2:30 - 3:00 Std am Stück laufen wollen.
Höhenprofile und **Streckenverläufe** unter www.lg-meulenwald-foehren.de/page4.php
- Haftung:** Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Der Veranstalter haftet nicht für Unfälle, Diebstähle und sonstige Schäden, die durch die Teilnahme am Veranstaltungstag entstehen.

SchoEnergie GmbH
Europa - Allee 16
54343 Föhren

Tel.: 06502 / 9390940
Mail: info@schoenergie.de

WWW.SCHOENERGIE.DE



Saubere Energie aus Ihrem eigenem Solarkraftwerk

Wir planen, installieren, warten und reparieren Ihre Solaranlage !