| BIKE IN TEAM SINZIG e.V. | **Das BIKE-IN-TEAM Sinzig e.V. lädt ein zum 10. BIKE IN Volkslauf um den Sparkassen-Cup** | **Sonntag 20.02.2005 Sinzig** |
|---|---|---|

**Veranstalter:** **BIKE IN TEAM Sinzig e.V.**
**Termin:** **Sonntag 20.02.2005**
**Start und Ziel:** Sinzig / Rhein-Ahr-Stadion / Grüner Weg
**Anreise:** A61 Abfahrt Sinzig oder B 9 Abfahrt Sinzig, ab dann ausgeschildert

**Parkplätze:** Sind in unmittelbarem Bereich des Rhein/Ahr Stadion zahlreich vorhanden
**Streckenverlauf:** Genau vermessene, flache Strecke über asphaltierte Wirtschaftswege entlang der Ahr. Diese Strecke eignet sich für jeden sehr gut als erster Testlauf für das Jahr 2005, und als gute Vorbereitung für den Bonn Marathon.
**Startzeiten:**
9.45 Uhr 400 m Bambinilauf (auf der Bahn)
9.50 Uhr: 1 km Schülerlauf (auf der Bahn)
10.10 Uhr: 5 km Jedermannslauf (ohne AK-Wertung)
10.20 Uhr: 10 km
**Startgeld:**

| | | |
|---|---|---|
| 10 km Erwachsene | 5,– EURO | Jugend 3,– EURO |
| 5 km Erwachsene | 3,– EURO | Jugend 2,– EURO |
| 1 km Schüler | 2,– EURO | |
| Bambini | (kein Startgeld) | |

**Kein Startgeld für alle Läuferinnen u. Läufer die zum 10. Mal in Folge bei uns starten.**

**Urkunden/Ergebnislisten:** Beides zusammen 3,50 EURO, nur Ergebnisliste 2 EURO, nur Urkunde 2 EURO. Ergebnisliste: www.kp7-laufen.de
**Nachmeldung:** gebührenfrei, bis 30 Minuten vor dem Start
**Siegerehrung:** ab 12 Uhr Start/Ziel Bereich (im Zelt)
**Auszeichnungen:** **Sachpreise für die Plätze 1– 3 in jeder Alterklasse des 10 km-Laufes; Kostenlose Urkunden und Sachpreise für alle Schüler und Bambinis. Sachpreise für die erste Frau und den ersten Mann beim 5 km Lauf.**

**Duschen:** Umkleideräume und Duschen im Rhein-Ahr-Stadion
**Verpflegung:** Für das leibliche Wohl für Aktive und Zuschauer ist jederzeit gesorgt. Alle Läuferinnen und Läufer erhalten im Ziel (wie jedes Jahr) Bananen, Orangen, Zitonentee (warm) und Mineralwasser. Dies wird alles vom Lebensmittelgeschäft **EDEKA Schütte** aus Sinzig, zur Verfügung gestellt.
**Information:** Ralph Retterath, Hauptstr. 176, 53913 Morenhoven,
Tel.: 0 22 26 / 90 95 79, Fax: 0 22 26 / 16 95 24, Mobil: 0177 / 27 25 351
e-mail: ralph.sandra@t-online.de
**Voranmeldungen:** bis spätestens 18.02.2005 (Eingang!) per Fax, e-mail oder Brief unter Angabe von: Name und Vorname, Geburtsjahr, Strecke, Verein oder Wohnort
**Aus Anlass unseres 10. Jubiläumslaufes erhalten alle Vorangemeldeten Läuferinnen u. Läufer ein zusätzliches Erinnerungsgeschenk.**
**Haftung:** der Veranstalter haftet nicht für Unfälle, Diebstähle oder sonstige Schäden.

Der passende Schuh für jeden Läufer!
exel asics new balance BROOKS
KP7 Laufsport am Kirchplatz
Kirchplatz 7 · 53489 Sinzig · Fon 0 26 42 - 99 69 59 · info@kp7-laufen.de · www.kp7-laufen.de