


Samstag 21.05.2005 Bad Ems	Das Running Team Bad Ems lädt ein zum 12. Lahntal-Volkslauf 4. Veranstaltung zur Walking Tour 2005	Running Team Bad Ems 
---	---	---

Veranstalter: Running Team Bad Ems e.V.

Termin: Samstag 21. Mai 2005

Wettbewerbe:	Diziplin	Teilnehmer	Startzeit	Startgeld
	250 m-Lauf	Bambini	15.40 Uhr	ohne
	1 km-Lauf	Schüler C/D	15.50 Uhr	2,00 Euro
	1 km-Lauf	Schüler A/B	16.00 Uhr	2,00 Euro
	5 km-Lauf	Schüler A/B	16.10 Uhr	3,00 Euro
	5 km-Fitness-Lauf	Mä/Fr	16.10 Uhr	3,00 Euro
	5 km-Walking	Mä/Fr	16.11 Uhr	3,00 Euro
	10 km-Lauf	Jgd A/B	17.10 Uhr	4,50 Euro
	10 km-Lauf	Sen/Mä/Fr	17.10 Uhr	4,50 Euro
	10 km-Walking	ohne Beschränkung	17.11 Uhr	4,50 Euro

Start/Ziel: Jahnstraße, Sportplatz Hasenkümpel

Strecke: Entlang der Lahn durch die Kurstadt Bad Ems nach Dausenau, fast durchgehend asphaltiert und ohne Steigung. Die Strecken wurden durch den DLV-Vermesser Josef Hoß vermessen.

Meldungen: bis 19. Mai 2005 an Wolfgang Scholz, Pionierhöhe 54, 56075 Koblenz, eMail: meldung@rt-bad-ems.de - Internet: <http://www.rt-bad-ems.de>
Fax: 0721/151514389
Infotelefon 02 61 / 5 65 18 (nur bis 20.00 Uhr)

Wer intelligent trainiert, hat mehr Spaß!

Die Fitness-Modelle von Polar unterstützen Sie bei der Erreichung Ihrer sportlichen Ziele!



inkl. Wearlink
und deutscher
Menüführung






139,95 Euro

**F11: Der persönliche Trainer für Fitness-Profis,
erstellt Ihnen Ihr persönliches Fitness-Programm.**