Samstag 08.03.2008 Thür	**13. Thürer Dorflauf** **mit 1. Exel Nordic Walking Event**	exel www.exelsports.net

Veranstalter:	TuS Thür 1900 e.V. und Tc Thür e.V.
Wettbewerbe:	14.00 - 14.30 Uhr kostenloser Nordic-Walking-Schnupperkurs 14.30 - 15.00 Uhr Warm Up 15.05 Uhr Start 5 km und 10 km Exel Nordic Walking
Start/Ziel:	Mehrzweckhalle Thür
Umkleide/Duschen:	Sportplatz Thür
Auszeichnung:	Diese Veranstaltung steht ganz im Zeichen Ihrer Gesundheit, d.h. der Sportsgeist und das Herz-Kreislauf Training stehen im Vordergrund. Die ersten drei Frauen/Männer jeder Strecke erhalten ein Überraschungspräsent.
Startgeld:	5 km/10 km 3,00 EUR
Info/Anmeldung:	Mirko Dreiser, Mail:Mirko.Dreiser@krumholz.de, Handy 0163/4901348; dienstl. 0261/92734127 Nordic Walking Schule Koblenz: Anni Schall, Tel.: 0261/9822668
Ergebnisse/Urkunden:	Ergebnislisten und Urkunden können unter www.trisys.de abgerufen werden.
Strecke:	5/10 km Rundkurs auf asphaltierten und befestigten Wirtschaftswegen.
Haftung:	Der Veranstalter haftet weder für Unfälle noch für Diebstähle und Sachschäden.

INTERSPORT®
KRUMHOLZ
www.intersport-krumholz.de

Gemeinsame Veranstaltung der beiden Thürer Sportvereine	**13. Thürer Dorflauf** **mit 3. Intersport Krumholz Halbmarathon**	**Samstag 08.03.2008 Thür**

Veranstalter:	TuS Thür 1900 e.V. und Tc Thür e.V.
Wettbewerbe:	14.00 Uhr Bambinis ohne Zeitnahme 300 m 14.30 Uhr Schüler/innen A-D 1000 m 15.00 Uhr REWE-Lauf 10 km 15.00 Uhr Halbmarathon 21,1 km 15.05 Uhr Walking/Exel NordicWalking 5 km 15.05 Uhr Walking/Exel NordicWalking 10 km Klassenwertung nach LAO, alle 5 Jahre. Die Zeitnahme erfolgt per Transponder (Chip), der am rechten Handgelenk zu tragen ist und im Ziel abgegeben werden muss!
Start/Ziel:	Mehrzweckhalle Thür
Umkleide/Duschen:	In unmittelbarer Nähe/Sportplatz Thür
Auszeichnung:	Beim Bambini- und Schülerlauf erhält jeder Teilnehmer eine Urkunde. Die drei männlichen/weiblichen Zeitschnellsten jeder Strecke erhalten Sachpreise und Urkunden.
Startgeld:	Bambinis frei Schüler 2,00 EUR 5 km/10 km 3,00 EUR 21,1 km 5,00 EUR
Info/Anmeldung:	Mirko Dreiser, Mail: Mirko.Dreiser@krumholz.de, Handy: 0163/4901348, dienstl.: 0261/92734127 Siegfried Müller, Tel. 02652/2327
Nachmeldung:	Bis 30 Minuten vor dem Start, keine Gebühr. Nutzen sie die Möglichkeit der Voranmeldung unverbindlich und machen Sie es uns dadurch einfacher.
Ergebnisse/Urkunden:	Ergebnislisten werden unmittelbar nach Zieleinlauf des letzten Teilnehmers der jeweiligen Strecke ausgehangen. Ergebnislisten und Urkunden können unter www.trisys.de abgerufen werden!
Strecke:	Anspruchsvolle und landschaftlich schöne Laufstrecken. Gute Trainingsmöglichkeit als Vorbereitung für einen Frühjahrsmarathon.
Haftung:	Der Veranstalter haftet weder für Unfälle noch für Diebstähle und Sachschäden.