

Sonntag  
14.03.2010  
Urmitz

## 26. Internationaler Volkslauf



**Veranstalter:** SV Urmitz 1913/1970 e.V., Abteilung Leichtathletik  
**Start/Ziel:** Parkplatz Sporthalle Urmitz/Rhein  
**Startzeiten:**

09.30 Uhr	M/W20-80	10000m
09.30 Uhr	M/W16-19	10000m
10.15 Uhr	Walking M/W	5000m
10.25 Uhr	M7/8/9	400m
10.30 Uhr	W7/8/9	400m
10.35 Uhr	M10/11	550m
10.40 Uhr	W10/11	550m
10.45 Uhr	M/W 12-15	1000m
10.50 Uhr	Bambinilauf W6 und jünger	150m
10.55 Uhr	Bambinilauf M6 und jünger	150m
11.00 Uhr	Jogginglauf für Anfänger	3000m

**Umkleide/Duschen:** Sporthalle  
**Auszeichnung:** Die ersten drei jeder Klasse erhalten eine Urkunde. Schüler, Jugendliche und Walker erhalten alle eine Urkunde.  
Jeder vorangemeldete Teilnehmer erhält ein Tombolalos.  
**Startgeld:** Männer/Frauen: 4,00 EUR  
Schüler/Jugendliche: 1,50 EUR  
Bambinilauf: frei  
**Infos/Anmeldung:** Heike Kohlhaas, Hauptstr. 14a, 56220 Urmitz, Tel: 02630/955662  
Email: vl-sv-urmitz@online.de  
SV Urmitz Geschäftszimmer, Fax: 02630/84968  
E-Mails werden nur von mir gelesen, wenn im Betreff: „VL Urmitz“ angegeben ist. Bitte immer eine Bestätigung verlangen.  
**Strecke:** Die flache 10 km-Strecke ist amtlich vermessen und als Straßenlauf angemeldet. Die erzielten Zeiten werden in die Bestenliste aufgenommen.

### Meddy's Laufladen

Hohenzollernstraße 109  
56068 Koblenz  
Tel.: (02 61) 3 65 66  
Fax: (02 61) 2 93 55 78  
eMail: info@meddys-laufladen.de  
www.meddys-laufladen.de

Öffnungszeiten  
Mo-Fr 9:00 Uhr bis 19:00 Uhr  
Sa 9:00 Uhr bis 16:00 Uhr

kostenlose Parkplätze



### Das Team von Meddy's Laufladen



**Wir beraten Sie gerne!**