

**Sonntag**  
**13.03.2011**  
**Urmitz**

# 27. Internationaler Volkslauf



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

**Startzeiten:**

09.30 Uhr	M/W20-80	10000 m
09.30 Uhr	M/W16-19	10000 m
10.15 Uhr	Walking + Nordic Walking M/W	5000 m
10.25 Uhr	M7/8/9	400 m
10.30 Uhr	W7/8/9	400 m
10.35 Uhr	M10/11	550 m
10.40 Uhr	W10/11	550 m
10.45 Uhr	M/W12-15	1000 m
10.50 Uhr	Bambinilauf W6 und jünger	150 m
10.55 Uhr	Bambinilauf M6 und jünger	150 m
11.00 Uhr	Jogginglauf für Anfänger	3000 m

**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 6 3) 55 65  
Fax: (02 6 3) 2 93 55 78  
eMail: info@meddys-laufladen.de  
www.meddys-aufladen.de

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

**Spikes von**




Herrn




Damen & Herren




Damen & Herren

PR MD      Velocity Spike 4

