

# Rheinland-Meisterschaften

## 10 km Straßenlauf

5 km MJ/WJ U16

**Termin:** Samstag, 12. Mai 2012  
**Ort:** 56130 Bad Ems, Kolonnade (nahe Spielbank)  
**Ausrichter:** Running Team Bad Ems  
**Meldungen über:** LA.net: <https://lanet.seltec-sports.de> oder  
 Leichtathletik-Verband Rheinland  
 Postfach 201354, 56013 Koblenz, Fax: 0261/9144103  
 (einfach auf DLV-Meldebogen)  
**Meldeschluss:** 03. Mai 2012 (Eingang)

Rheinland

In Notfällen (z.B. Stau bei der Anreise) steht am Veranstaltungstag die Rufnummer 0177/1477103 zur Verfügung.

### Wertung

**Einzelwertung 10 km:** WJ U20/U18, W30, W35, W40, W45, W50, W55, W60, W65, W70, MJ U20/U18, M30, M35, M40, M45, M50, M55, M60, M65, M70, M75, M80

**Mannschaftswertung 10 km:** WJ U20/U18, W30/35, W40/45, W50, MJ U20/U18, M30/35, M40/45, M50/55, M60

**Einzel- und Mannschaftswertung 5 km:** MJ/WJ U16  
 MJ/WJ U14 sind nicht startberechtigt!

Der/die Gesamtsieger/in des 10 km-Straßenlaufes erhält den Titel eines/r Rheinlandmeisters/in. Gehört er/sie einer Seniorenklasse an, ist er/sie außerdem Meister/in in der gemeldeten Altersklasse. Dies trifft auf die Einzel- und Mannschaftswertung zu. Die Meldung zu der o.g. Meisterschaft muss nur einmal abgegeben werden. Die Senioren/innen werden dann automatisch der Hauptklasse und der gemeldeten Seniorenklasse zugeordnet.

### Wettbewerbe und Zeitplan

Zeit	Strecke	Klasse
15.00	5km	MJ/WJ U16
17.30	10km	WJ U20/U18, W30-W70
		MJ U20/U18, M30-M80

**Start und Ziel:** Römerstraße, nahe Spielbank

**Startunterlagen:** Kolonnaden, nahe Spielbank

**Zeitmessung:** Chronotrack, Chip-System

**Umkleiden und Duschen:** Kleiderabgabe an den Kolonnaden, Shuttle zum Duschen

**Streckenbeschreibung:** Flache, sehr schnelle 6 (3) Runden

**Anreise/Parken**

**Bahn:** Hauptbahnhof

**Auto:** Parkplatz am Bahnhof oder Parkhaus in der Grabenstraße

