



29. Internationaler Volkslauf

Jubiläumslauf 100 Jahre SV Urmitz

Sonntag
17.03.2013

Urmitz

Veranstalter: SV Urmitz 1913/1970 e.V., Abteilung Leichtathletik

Start/Ziel: Sportplatz Peter-Häring-Halle, Urmitz/Rhein

Startzeiten:

09.30 Uhr	M7/8/9	400m
09.35 Uhr	W7/8/9	400m
09.40 Uhr	M10/11	500m
09.45 Uhr	M/W12-15	1000m
09.50 Uhr	Bambinilauf M6 und jünger	150m
09.55 Uhr	Bambinilauf W6 und jünger	150m
10.00 Uhr	M/W 16-19/20-80	10000m
11.15 Uhr	Jogginglauf für Anfänger	3000m
11.15 Uhr	Walking M/W	5000m

Umkleide/Duschen: Die Umkleiden und Duschen befinden sich in der Peter-Häring-Halle.

Auszeichnung: Die ersten drei jeder Klasse erhalten eine Urkunde. Kinder, Jugendliche und Walker erhalten alle eine Urkunde.

Jeder vorangemeldete Teilnehmer erhält ein Tombola-Los.

Startgeld: Männer/Frauen: 4,00 EUR

Kinder/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 vom DLV 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 10:00 Uhr - 18:30 Uhr

Sa 10:00 Uhr - 16:00 Uhr

kostenlose Parkplätze



Spikes von

asics®



Hyper Sprint



Hyper LD ES