

Samstag
23.03.2013
Föhren

5. Offizieller Bendersbachtallauf 2013



25,2/10 km Freundschaftslauf und 7,6 km Walking ohne Zeitmessung

- Veranstalter:** LG Meulenwald Föhren e.V.
- Wettbewerbe:** 25,2 km + 10 km Lauf
7,6 km Walking
- Start/Ziel:** Viezkelterstation (Hofstr.), 54343 Föhren
- Startzeiten:** 15 Uhr
- Umkleide/Duschen:** Duschen und Toiletten in der Turnhalle im Grundschulkomplex (Ortsmitte, ca. 600 m vom Start entfernt). Toiletten auch im Start-/Zielbereich.
- Startgeld:** Wir erheben **kein Startgeld**, freuen uns aber über eine Voranmeldung, um Getränke und Speisen kalkulieren zu können.
- Info/Anmeldung:** **Anmeldungen** unter www.lg-meulenwald-foehren.de oder Email an info@lg-meulenwald-foehren.de.
- Verpflegung:** Im Start-/Zielbereich. Beim **25,2 km-Lauf** nach ca. 5,5 km, 14 km und 20 km, sowie beim **10 km-Lauf** nach 5,5 km. Im Anschluss Verpflegung im Gemeinderaum unter der Turnhalle.
- Nachmeldung:** Bis 30 Minuten vor dem Start.
- Strecke:** Die vielfältigen Laufstrecken machen den Meulenwald zu einem Läuferparadies. Ohne Frage ist der Lauf durch das Bendersbachtal eine der anspruchsvollsten, aber auch abwechslungsreichsten Strecken, die wir im Meulenwald laufen.
- Der Hauptlauf über 25 km ist bestens geeignet für Läufer/innen, die auf einen Frühjahrsmarathon trainieren und für alle, die gerne einmal 2:30 - 3:00 Std am Stück laufen wollen.
- Höhenprofile und Streckenverläufe** unter www.lg-meulenwald-foehren.de/page4.php
- Haftung:** Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Der Veranstalter haftet nicht für Unfälle, Diebstähle und sonstige Schäden, die durch die Teilnahme am Veranstaltungstag entstehen.

Immer ein Gewinner:
Sonnenenergie.



www.schoenergie.de

Schoenergie GmbH Europa-Allee 16 | DE-54343 Föhren | Tel. +49(0)65 02 / 93 90 94-0