



30. Internationaler Volkslauf

Sonntag
09.03.2014
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	M/W10/11	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.