

Samstag
29.08.2015
Altenahr

5. Panoramalauf rund um die Burg Are

DER Landschaftserlebnislaf im Ahrtal



Veranstalter: Selbstläufer SV Altenahr

K16	09:30 Uhr	16 km	420 Höhenmeter	8,00 EUR
K33	09:30 Uhr	33 km	1000 Höhenmeter	13,00 EUR
K52	09:30 Uhr	52 km	1650 Höhenmeter	19,00 EUR
S5 3/4	17:00 Uhr	5,75 km	120 Höhenmeter	3,50 EUR
mit separater Jugendwertung für M/W U20 und jünger				2,50 EUR
700 m	16:00 Uhr	Kinder M/W U12 und jünger		1,00 EUR
1400 m	16:25 Uhr	Jugend M/W U14/U16		1,50 EUR

Start/Ziel: Martinshütte oberhalb von 53505 Altenahr.

Umkleide/Duschen: Umkleide im Start/Ziel Bereich - Keine Duschen, aber Waschmöglichkeit.

Auszeichnung: Für die ersten Drei je Laufstrecke m/w (keine Altersklassenwertung). Sachpreise für jeden 7. (K 52), jeden 9. (K 33), jeden 11. (K 16) und jeden 13. (S 5 3/4).

Sonderpreis für den jüngsten und den ältesten Teilnehmer auf den Langstrecken.

Sonderpreis für neue Streckenrekorde m/w.

Sonderpreis für die größte teilnehmende Gruppe.

Alle Teilnehmer der Kinder-/Jugend-Läufe erhalten eine Kleinigkeit.

Die Siegerehrungen erfolgen zeitnah nach den einzelnen Läufen.

Infos/Anmeldung: Eule Frings, Münstereifeler Str. 8, 53505 Altenahr

Tel.: 02643/2314, bzw. 0173/5436199

E-Mail: annette.frings@gmx.de

Online über die Homepage www.selbstlaeufer-altenahr.npage.de
bis 28.08.2015 - 17:00 Uhr

max. 300 Starter für K 16 + K 33 + K 52

Nachmeldung: Bis 30 Minuten vor dem jeweiligen Start möglich.

Gebühr 2,00 EUR für K52/K33/K16.

1,00 EUR für S 5 3/4.

Keine Nachmeldegebühr für 700/1400 m-Lauf.

Ergebnisse/Urkunden: Urkundendruck vor Ort für die ersten Drei (m/w) jeder Laufstrecke, sowie für alle Teilnehmer der Läufe über 700/1400 m. Alle Ergebnislisten und Urkundendruck online über die Homepage.

Strecke: Landschaftlich sehr schöne und anspruchsvolle Panoramalaufstrecken rund um die Burg Are.