

<b>Donnerstag, 11.06.2020</b>  <b>Rhens</b>	<h2>34. Internationaler Rhenser Volkslauf 2020</h2>	
---	---	--

<b>Ausrichter:</b>	TuS Rhens
<b>Wettbewerbe:</b>	Sparkasse Run und Walk Hauptlauf: 10 km Jogginglauf: 5 km Walking: 5 km <b>Sparkassen Kids runners</b> männliche Kinder/Jugend: 1.000 m weibliche Kinder/Jugend: 1.000 m Bambinilauf: 150 m (2-5 Jahre) u. 500 m (6-8 Jahre)
<b>Start/Ziel:</b>	Rhenser Sportplatz
<b>Startzeiten:</b>	150 m: 16:00 Uhr 500 m: 16:20 Uhr 1.000 m m. und w.: 17:00 Uhr HL 10 km + 5 km Jogging u. Walking: 17:30 Uhr
<b>Umkleide/Duschen:</b>	Sportplatz im Mühlental
<b>Auszeichnung:</b>	Pokal für schnellsten Läufer und Läuferin Hauptlauf. Platz 1-3 Gesamt Jogginglauf und Walking erhalten Präsent. Die ersten 100 Voranmeldungen Ü18 erhalten ein Präsent der Koblenzer Brauerei. Siegerehrung Hauptlauf und Schüler/Innen nach AK, genaue Einteilung auf Homepage Tus Rhens Anfang 2020.
<b>Startgeld:</b>	Hauptlauf, Jogging und Walking: 5,00 € 500 m/1.000 m: 2,50 € 150 m: frei
<b>Infos/Anmeldung:</b>	Info: <a href="http://www.tus-rhens.de">www.tus-rhens.de</a> Auskunft: <a href="mailto:frwest@hotmail.de">frwest@hotmail.de</a> oder 02628-2300 <b>Anmeldung bitte online bis zum 10. Juni 2020 unter <a href="http://www.br-timing.de">www.br-timing.de</a></b> neu: Startgeld kann bei der Voranmeldung direkt bezahlt werden oder bar vor Ort (Aufpreis 1,00 €). <b>Nachmeldung:</b> Bis 30 Minuten vor dem jeweiligen Start zzgl. 2,00 € Nachmeldegebühr für 5 km und 10 km, zzgl. 1,00 € für 1000 m und 500 m.
<b>Ergebniss/Urkunden:</b>	Ergebnislisten unmittelbar nach dem Zieleinlauf und am darauffolgenden Tag unter <a href="http://www.br-timing.de">www.br-timing.de</a> Urkunden können aus dem Internet ausgedruckt werden.
<b>Strecke:</b>	Leicht geänderte Strecke leicht ansteigend mit 70 % Wald und Wirtschaftswegen.