Donnerstag, 18.05.2023 Sinzig-Westum	**45. Westumer Murre-Lauf mit Halbmarathon** **(Himmelfahrt)**	

3. Lauf um den Ahrtal-TEAM-Cup 2023

Veranstalter: SV 1919 Rheinland Westum und Volksbank RheinAhrEifel eG

Wettbewerbe:

09:00 Uhr	Bambini, MK/WK U8, Jg. 2016 und jünger	300 m
09:10 Uhr	Kinderlauf, MK U10/12, Jg. 2012-2015	850 m
09:20 Uhr	Kinderlauf, WK U10/12, Jg. 2012-2015	850 m
09:30 Uhr	Jugendlauf, MJ/WJ U14/16, Jg. 2008-2011	1600 m
09:50 Uhr	Volkslauf	10 km
09:55 Uhr	Jedermannlauf	5 km
09:56 Uhr	Walking	5 + 10 km
10:00 Uhr	Halbmarathon (neue Laufstrecke)	21,1 km

Start/Ziel: 53489 Sinzig-Westum, Sportplatz

Umkleide/Duschen: An Start und Ziel.

Auszeichnung: Die drei Erstplatzierten (m/w) beim HM und 10 km werden gesondert geehrt. Die drei Ersten jeder Altersklasse bei den Läufen sowie alle Kinder erhalten Urkunden und Sachpreise, keine AK-Wertung beim 5 km-Lauf. Sonderpreis für die drei größten vorangemeldeten Gruppen. Urkunden auf Wunsch für alle Walker und Kinder.

Startgeld:

Halbmarathon	9,00 €
10 km VL	8,00 €
Walking 10 km	7,00 €
5 km VL und 5 km Walking	6,00 €
Kinder/Jugend bis U16	3,00 €
Bambini frei	

Infos/Anmeldung: **Information:** Bernhard Schmitz, Westumer Str. 83, 53489 Sinzig
Tel. 02642-409301
Voranmeldung: Christiane Gassen, 53489 Sinzig, Tel: 02642-5177
bis 17.05.2023, 14:00 Uhr
Internet/Anmeldung: www.lauftreff-westum.de
oder murreland@t-online.de

Das **Hygienekonzept** zur Veranstaltung folgt den Vorgaben der Corona-Schutzverordnung.

Ahrtal-TEAM-Cup: Offene Wertung für w/m Mannschaften. Die drei schnellsten Teilnehmer eines Vereins, Firma, Gruppierung etc. über 10 km werden gewertet. Die Cupsieger werden in einer Serie von vier Läufen ermittelt: 06.05. Grafschafter Ahrtal-Lauf (Grafschafter SV, SV Dernau, SV Hönningen), 13.05. Mönchsheide-Lauf (Team flott), 18.05. Murrelauf (LT SV Westum), 09.07. AHRTuS-Lauf (TuS Ahrweiler)
Weitere Informationen unter ahrtalteamcup.lauftreff-westum.de

Nachmeldung: Bis jeweils 1 Stunde vor dem Start möglich. VORANMELDUNG ERWÜNSCHT! Nachmeldegebühr 3,00 €.

Ergebnisse/Urkunden: Ergebnislisten/Urkunden über das Internet bzw. direkt vor Ort.

Strecke: Asphalt und befestigte Waldwege über den Mühlenberg.