



## 40. Internationaler Volkslauf

**Samstag,  
09.03.2024  
Urmitz/Rhein**

<b>Veranstalter:</b>	Leichtathletikabteilung des SV Urmitz																											
<b>Wettbewerbe:</b>	150m, 400m, 500m, 1.000m, 5.000m, 10.000m, 5.000m Walking																											
<b>Start/Ziel:</b>	Sportplatz Peter-Häring-Halle, Kaltenengerser Str. 3a, 56220 Urmitz																											
<b>Startzeiten:</b>	<table> <tr> <td>13:45 Uhr</td> <td>Bambilauf M6 und jünger (Jg. 2008 und jünger)</td> <td>150m</td> </tr> <tr> <td>13:50 Uhr</td> <td>Bambilauf W6 und jünger (Jg. 2008 und jünger)</td> <td>150m</td> </tr> <tr> <td>13:55 Uhr</td> <td>M 7/8/9 (Jahrgänge 2015 bis 2017)</td> <td>400m</td> </tr> <tr> <td>14:00 Uhr</td> <td>W 7/8/9 (Jahrgänge 2015 bis 2017)</td> <td>400m</td> </tr> <tr> <td>14:05 Uhr</td> <td>M/W 10/11 (Jahrgänge 2013 - 2014)</td> <td>500m</td> </tr> <tr> <td>14:15 Uhr</td> <td>M/W 12-15 (Jahrgänge 2009 - 2012)</td> <td>1.000m</td> </tr> <tr> <td>14:30 Uhr</td> <td>M/W 16-19 / 20-80 (Jahrgang 2008 und älter)</td> <td>10.000m</td> </tr> <tr> <td>16:00 Uhr</td> <td>Jogginglauf für Anfänger M/W (Jg. 2014 und älter)</td> <td>5.000m</td> </tr> <tr> <td>16:00 Uhr</td> <td>Walking M/W (alle Jahrgänge)</td> <td>5.000m</td> </tr> </table>	13:45 Uhr	Bambilauf M6 und jünger (Jg. 2008 und jünger)	150m	13:50 Uhr	Bambilauf W6 und jünger (Jg. 2008 und jünger)	150m	13:55 Uhr	M 7/8/9 (Jahrgänge 2015 bis 2017)	400m	14:00 Uhr	W 7/8/9 (Jahrgänge 2015 bis 2017)	400m	14:05 Uhr	M/W 10/11 (Jahrgänge 2013 - 2014)	500m	14:15 Uhr	M/W 12-15 (Jahrgänge 2009 - 2012)	1.000m	14:30 Uhr	M/W 16-19 / 20-80 (Jahrgang 2008 und älter)	10.000m	16:00 Uhr	Jogginglauf für Anfänger M/W (Jg. 2014 und älter)	5.000m	16:00 Uhr	Walking M/W (alle Jahrgänge)	5.000m
13:45 Uhr	Bambilauf M6 und jünger (Jg. 2008 und jünger)	150m																										
13:50 Uhr	Bambilauf W6 und jünger (Jg. 2008 und jünger)	150m																										
13:55 Uhr	M 7/8/9 (Jahrgänge 2015 bis 2017)	400m																										
14:00 Uhr	W 7/8/9 (Jahrgänge 2015 bis 2017)	400m																										
14:05 Uhr	M/W 10/11 (Jahrgänge 2013 - 2014)	500m																										
14:15 Uhr	M/W 12-15 (Jahrgänge 2009 - 2012)	1.000m																										
14:30 Uhr	M/W 16-19 / 20-80 (Jahrgang 2008 und älter)	10.000m																										
16:00 Uhr	Jogginglauf für Anfänger M/W (Jg. 2014 und älter)	5.000m																										
16:00 Uhr	Walking M/W (alle Jahrgänge)	5.000m																										
<b>Duschen/Umkleiden:</b>	Duschen, Toiletten und Umkleiden befinden sich in der Peter-Häring-Halle.																											
<b>Auszeichnung:</b>	Die ersten drei jeder Klasse erhalten eine Urkunde. Kinder, Jugendliche und Walker erhalten alle eine Urkunde. Sonderpreise für die größte Gruppe, den/die jüngste/n und den/die älteste/n Teilnehmer/in																											
<b>Startgeld:</b>	Männer/Frauen: 8,00 €      Kinder/Jugendliche: 3,00 € Bambinilauf: frei																											
<b>Info/Anmeldung:</b>	Kurt Schüller, Im Widdum 13, Urmitz unter Tel: 02630/9194688 (keine Anmeldung). <b>Onlineanmeldung</b> ab Februar 2024 unter: <a href="http://www.ergebnisliste.de">www.ergebnisliste.de</a> <b>Meldeschluss ist am Mittwoch, der 06.03.2024 um 22 Uhr.</b> Zahlung der Startgebühr erfolgt bei Anmeldung mit Erfassung der Kontaktdaten gemäß DSGVO. Jeder vorangemeldete Teilnehmer erhält eine Erinnerung an den 40. Volkslauf.																											
<b>Nachmeldung:</b>	Nachmeldungen sind am 09.03. in der Sporthalle bis eine Stunde vor dem jeweiligen Start möglich. Nachmeldegebühr: 2,00 € pro Start.																											
<b>Ergebnisse/Urkunden:</b>	Ergebnislisten stehen im Anschluss an die Veranstaltung auf der Homepage des SV Urmitz und auf <a href="http://www.ergebnisliste.de">www.ergebnisliste.de</a> zur Verfügung. Die Siegerehrung findet nach den jeweiligen Läufen statt.																											
<b>Strecke:</b>	Die flache 10-km- und 5-km-Strecke sind DLV-amtlich vermessen.																											

## 12. Sportfest mit offenen Kreismeisterschaften am 31.08.2024 in Urmitz

<b>Veranstalter:</b>	SV Urmitz 1913/1970 e.V., Abteilung Leichtathletik
<b>Wettbewerbe:</b>	ab 13:30 Uhr: 50 m, 75 m, 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1.000 m, 3.000 m, sowie Hoch-/Weitsprung und Kugelstoßen
<b>Ort:</b>	Sportplatz Peter-Häring-Halle, Kaltenengerser Str. 3a, 56220 Urmitz