

Samstag, 11.05.2024	16. Volksbank Stadtlauf Bad Ems	Samstag, 11.05.2024
Bad Ems		Bad Ems

Veranstalter:	Running Team Bad Ems e.V.																												
Wettbewerbe::	<table> <tr> <td>Disziplin</td> <td>Teilnehmer</td> <td>Startzeit</td> <td>Startgeld</td> </tr> <tr> <td>250 m-Lauf</td> <td>Bambini</td> <td>14:10 Uhr</td> <td>frei</td> </tr> <tr> <td>5 km-Walking</td> <td>M/W</td> <td>14:30 Uhr</td> <td>8,00 €</td> </tr> <tr> <td>1 km-Lauf</td> <td>Mädchen U8-U16</td> <td>15:30 Uhr</td> <td>2,00 €</td> </tr> <tr> <td>1 km-Lauf</td> <td>Jungen U8-U16</td> <td>15:30 Uhr</td> <td>2,00 €</td> </tr> <tr> <td>10 km-Lauf</td> <td>Sen./Mä/Fr./WJ/MJ U16/U18/U20</td> <td>16:00 Uhr</td> <td>10,00 €</td> </tr> <tr> <td>5 km-Jedermannlauf</td> <td>WJ/MJ U12/U14/ U16/Mä/Fr</td> <td>17:15 Uhr</td> <td>8,00 €</td> </tr> </table>	Disziplin	Teilnehmer	Startzeit	Startgeld	250 m-Lauf	Bambini	14:10 Uhr	frei	5 km-Walking	M/W	14:30 Uhr	8,00 €	1 km-Lauf	Mädchen U8-U16	15:30 Uhr	2,00 €	1 km-Lauf	Jungen U8-U16	15:30 Uhr	2,00 €	10 km-Lauf	Sen./Mä/Fr./WJ/MJ U16/U18/U20	16:00 Uhr	10,00 €	5 km-Jedermannlauf	WJ/MJ U12/U14/ U16/Mä/Fr	17:15 Uhr	8,00 €
Disziplin	Teilnehmer	Startzeit	Startgeld																										
250 m-Lauf	Bambini	14:10 Uhr	frei																										
5 km-Walking	M/W	14:30 Uhr	8,00 €																										
1 km-Lauf	Mädchen U8-U16	15:30 Uhr	2,00 €																										
1 km-Lauf	Jungen U8-U16	15:30 Uhr	2,00 €																										
10 km-Lauf	Sen./Mä/Fr./WJ/MJ U16/U18/U20	16:00 Uhr	10,00 €																										
5 km-Jedermannlauf	WJ/MJ U12/U14/ U16/Mä/Fr	17:15 Uhr	8,00 €																										
Start/Ziel:	Römerstraße, im Bereich der Spielbank																												
Auszeichnung:	Urkunden für die ersten drei jeder Klasse und Ehrenpreise für die Klassensieger im Hauptlauf. Bambini erhalten eine Überraschung.																												
Infos/Anmeldung:	Meldungen: bis zum 08.05.2024 unter: www.rt-bad-ems.de Anmerkung: Beim Jedermann-Lauf erfolgt in der Ergebnisliste wie beim Walking nur eine alphabetische Auflistung mit Zeiten. Beim Bambini-Lauf erfolgt keine Zeitnahme. Alle Bambini erhalten eine Teilnehmerurkunde.																												
Nachmeldung:	Ob eine Nachmeldung angeboten wird, ist in der Ausschreibung unter www.rt-bad-ems.de ersichtlich.																												
Ergebnisse/Urkunden:	Die Ergebnisse sowie der Urkundendruck sind ab dem 12.05.2024 im Internet abrufbar.																												
Strecke:	Entlang der neu angelegten Römerstraße und durch den wunderschönen Kurpark Bad Ems. Die Laufstrecke ist fast durchgehend asphaltiert und ohne Steigung. Die Strecken sind DLV-Vermaßen und somit bestenlistenfähig.																												