

**Samstag,
27.07.2024**
Hasborn

14. Hasborner Freundschaftslauf



Veranstalter:
Wettbewerbe:

DJK Hasborn
100 m Lauf
1000 m Lauf
5 km Lauf
11 km Lauf
21 km Lauf

Alle Läufe ohne Zeitmessung

Start/Ziel:
Startzeiten:

Hasborn Sportplatz
16:30 Uhr: Nachwuchsläufer
17:00 Uhr: 5 km / 11 km / 21 km

Umkleide/Duschen:
Startgeld:

Hasborn Sportplatz
Es wird kein Startgeld erhoben.
Über eine Spende würden wir uns sehr freuen.

Infos/Anmeldung:

Bis zum 26.07.2024 unter www.chiplauf.de
Weitere Infos bei: Detlef Schäfer, Tel.: 0170 / 285 40 19
John-schmitz@t-online.de

Nachmeldung:
Ergebnisse/Urkunden:
Strecke:

Bis kurz vor dem Start möglich
Jeder Teilnehmer erhält ein Präsent

100 m und 1000 m Strecke für Nachwuchsläufer

Unsere Nachwuchsläufer können sich altersunabhängig für einen der beiden Läufe anmelden. Absolviert wird die Strecke auf dem Sportplatz.

5 km Strecke

Die Strecke verläuft auf dem Maare-Mosel-Radweg.

11 km Strecke (100% Naturlauf)

Die kreuzungsfreie Strecke führt durch das Lambachtal zum Pleiner Bahnhof/Verpflegungsstelle und auf dem Radweg wieder zurück nach Hasborn. Sie weist etwa 120 Höhenmeter auf.

21 km Strecke (100% Naturlauf)

Außerorts kreuzungsfrei.

Nach einer Schleife am Hasborner Bahnhof führt die Strecke kurz über den Maare-Mosel-Radweg, hinab ins Lambachtal und wieder rauf nach Hasborn. Nach der 1. Verpflegungsstelle gehts Richtung Niederöfflingen und folgt von dort dem Lambach hinauf zur Verpflegungsstelle am Pleiner Bahnhof. Anschließend wird der Pleiner Tunnel (585 m) durchlaufen. Gleich dahinter zweigt die Strecke rechts auf einen Waldweg ab, der unter dem Viadukt hindurchführt. Abschließend gehts auf dem Radweg wieder zurück nach Hasborn. Insgesamt sind etwa 330 Höhenmeter zu bewältigen.