

| | | |
|--|---|--|
|  <p>Selbstläufer Altenahr</p> | <h2>12. Panoramalauf rund um die Burg Are</h2> <h3>DER Landschaftserlebnislauf im Ahrtal</h3> | <p>Samstag, 31.08.2024</p> <p>Altenahr</p> |
|--|---|--|

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------------|--|-------|-----------------|---------|----------------|---------|-----|----------|-------|-----------------|---------|-----|----------|-------|-----------------|---------|
| Veranstalter: | Selbstläufer Altenahr e.V. | | | | | | | | | | | | | | | |
| Wettbewerbe: | <table> <tr> <td>K19</td> <td>9:30 Uhr</td> <td>19 km</td> <td>680 Höhenmeter</td> <td>10,00 €</td> </tr> <tr> <td>K35</td> <td>9:30 Uhr</td> <td>35 km</td> <td>1100 Höhenmeter</td> <td>15,00 €</td> </tr> <tr> <td>K54</td> <td>9:30 Uhr</td> <td>54 km</td> <td>1750 Höhenmeter</td> <td>20,00 €</td> </tr> </table> | K19 | 9:30 Uhr | 19 km | 680 Höhenmeter | 10,00 € | K35 | 9:30 Uhr | 35 km | 1100 Höhenmeter | 15,00 € | K54 | 9:30 Uhr | 54 km | 1750 Höhenmeter | 20,00 € |
| K19 | 9:30 Uhr | 19 km | 680 Höhenmeter | 10,00 € | | | | | | | | | | | | |
| K35 | 9:30 Uhr | 35 km | 1100 Höhenmeter | 15,00 € | | | | | | | | | | | | |
| K54 | 9:30 Uhr | 54 km | 1750 Höhenmeter | 20,00 € | | | | | | | | | | | | |
| Start/Ziel: | St. Martin Hütte oberhalb von Altenahr | | | | | | | | | | | | | | | |
| Umkleide/Duschen: | Umkleide im Start/Ziel-Bereich Keine Duschen, aber Waschgelegenheit. | | | | | | | | | | | | | | | |
| Auszeichnung: | <ul style="list-style-type: none"> - Geldpreise für die ersten Drei je Laufstrecke m/w (keine AK-Preise) - Sachpreise für jeden 7. (K54), jeden 9. (K35), jeden 11. (K19) - Sonderpreis für den jüngsten und den ältesten Teilnehmer - Sonderpreis für neue Streckenrekorde m/w - Sonderpreise für die größten teilnehmenden Gruppen/Vereine - Die Siegerehrungen erfolgen zeitnah nach den einzelnen Läufen | | | | | | | | | | | | | | | |
| Infos/Anmeldung: | <p>Eule Frings, Münstereifeler Str.8, 53505 Altenahr Tel. 02643 / 2314, bzw. 0173 / 543 61 99 E-Mail: annette.frings@gmx.de</p> <p>Online über die Homepage www.selbstlaeufer-altenahr.npage.de bis 25.08.2024 - 24:00 Uhr</p> <p>max. 300 Starter für K 19 + K 35 + K 54</p> | | | | | | | | | | | | | | | |
| Nachmeldung: | Bis 30 Min vor dem jeweiligen Start möglich, Gebühr 2 € für K 54/K 35/K 19 | | | | | | | | | | | | | | | |
| Ergebnisse/Urkunden: | Urkundendruck vor Ort für die ersten Drei (m/w) jeder Laufstrecke. Alle Ergebnislisten und Urkundendruck online über die Homepage. | | | | | | | | | | | | | | | |
| Strecke: | <p>Landschaft laufend erleben, dort wo sich das Ahrtal von seiner schönsten, seiner wildesten Seite zeigt.</p> <p>Beim Panoramalauf rund um die Burg Are gilt es den idyllisch gelegenen Weinort mit seiner eindrucksvollen Burgruine auf verschieden langen, landschaftlich sehr schönen und anspruchsvollen Strecken zu umrunden.</p> | | | | | | | | | | | | | | | |