



START



Ellwanger Sparkassen- Lauf in den Frühling

Samstag, 18. März 2023

Start und Ziel an der Rundsporthalle



13:00 Uhr **Hariolf - Schülerlauf 1km** (Jg. 2012 u. jünger)

13:15 Uhr **Hariolf - Schülerlauf 1km** (Jg. 2008-2011)

13:30 Uhr **Stadtwerke Ellwangen - Hobbylauf 5km**
auch Walking

14:15 Uhr **EnBW ODR - Hauptlauf 10km**



www.leichtathletik-ellwangen.de



Ellwanger Sparkassen-Lauf in den Frühling

Termin: Samstag, 18. März 2023

Ausrichter: DJK-SG Ellwangen e.V. Abt. Leichtathletik

Startzeiten + Strecken: **13:00 Uhr Hariolf-Schülerlauf 1km** (Jg. 2012 u. jünger)
13:15 Uhr Hariolf-Schülerlauf 1km (Jg. 2008 -2011)
anlässlich 50 Jahre Hariolf-Gymnasium Ellwangen
13:30 Uhr Stadtwerke Ellwangen - Hobbylauf 5km
(eine Runde, auch Walking/Nordic Walking)
14:15 Uhr EnBW ODR - Hauptlauf 10km (zwei Runden)

Streckenbeschreibung: 5km und 10km: 5km-Rundkurs im Ellwanger Galgenwald (ca. 80 Höhenmeter), etwa 75% geschottert und 25% asphaltiert, der ein- (5km) bzw. zweimal (10km) gelaufen wird

1km: Rundkurs mit Wendepunkt (100% asphaltiert)



Anmeldung: Online: www.leichtathletik-ellwangen.de
E-Mail: djk-ellwangen@web.de

Voranmeldungen bis Mittwoch, 15. März 2023
Nachmeldungen bis 30 Minuten vor dem Start

Meldegebühren: (inkl. Verbandsabgabe)	Hobbylauf / Walking	5,-€
	Hauptlauf	5,-€
	Schülerlauf	2,-€
	Nachmeldung	3,-€ Zuschlag

Altersklassen:	U10	M/W8	2015 und jünger
		M/W9	2014
	U12	M/W10	2013
		M/W11	2012
	U14	M/W12	2011
		M/W13	2010
	U16	M/W14	2009
		M/W15	2008
		männl./weibl. U18	2006/2007
		männl./weibl. U20	2004/2005
		Aktive	2003-1994
		Senioren M/W 30	1993-1989
		Senioren M/W 35	1988-1984
		usw. bis Senioren M/W 75	1948 und älter
Wertungen:	Schülerlauf:	Altersklassenwertungen M/W15 bis M/W8	
	5km-Lauf:	U16 (2008 und jünger), U18, U20, Aktive, Senioren M/W30 bis M/W75	
		Walking: nur Zeitmessung für die Urkunden, keine Platzierungen	
	10km-Lauf:	U18 (2006 und jünger), U20, Aktive, Senioren M/W30 bis M/W75	
Ehrungen:	Urkunden für alle Teilnehmer, Sonderpreis für das größte Team, Sachpreise für die drei schnellsten Läufer/innen über 5/10km		
Siegerehrung:	Zeitnah im Anschluss an den jeweiligen Lauf		
Teilnahmebedingungen:	Laufen ist gesund, trotzdem kann ein Lauf bei bestimmten Vorerkrankungen ein gesundheitliches Risiko darstellen. Eine Teilnahme ist daher nur in guter körperlicher Verfassung möglich. Eine erste Orientierung hierzu kann der PAPS-Test (www.paps-test.de) liefern, eine definitive Einschätzung der Sporttauglichkeit ist aber nur ärztlicherseits möglich.		
Datenschutz:	Mit der Anmeldung werden der Speicherung und Nutzung der personenbezogenen Daten durch den Veranstalter für die Zwecke der Durchführung der Veranstaltung eingewilligt. Die Ergebnisse der Laufveranstaltung werden vom Veranstalter gespeichert und in Ergebnislisten zusammengefasst. Der Teilnehmer stimmt der Veröffentlichung dieser Daten durch den Veranstalter in allen relevanten Medien zu. Der Teilnehmer willigt in die Veröffentlichung der während der Veranstaltung aufgenommenen Fotos auf unserer Homepage ein.		
Sonstiges:	Umkleiden/Duschen und Bewirtung in der Rundsporthalle Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr! Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Unfälle, Diebstähle oder sonstige Schäden jeglicher Art		