



Ellwanger Sparkassen- Lauf in den Frühling

Samstag, 16. März 2024

Start und Ziel an der Rundsporthalle



- 13:00 Uhr** **EnBW ODR - Schülerlauf 0,8km** (Jg. 2013 u. jünger)
- 13:15 Uhr** **EnBW ODR - Schülerlauf 0,8km** (Jg. 2009-2012)
- 13:30 Uhr** **Stadtwerke Ellwangen - Hobbylauf 5km**
auch Walking
- 14:15 Uhr** **Sparkassen - Hauptlauf 10km**

www.leichtathletik-ellwangen.de



Ellwanger Sparkassen-Lauf in den Frühling

- Termin: Samstag, 16. März 2024
- Ausrichter: DJK-SG Ellwangen e.V. Abt. Leichtathletik
- Startzeiten + Strecken: 13:00 Uhr EnBW ODR - Schülerlauf 0,8km (Jg. 2013 u. jünger)
13:15 Uhr EnBW ODR - Schülerlauf 0,8km (Jg. 2009 -2012)
13:30 Uhr Stadtwerke Ellwangen - Hobbylauf 5km
(eine Runde, auch Walking/Nordic Walking)
14:15 Uhr Sparkassen - 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
- 0,8km: Rundkurs mit Wendepunkt (100% asphaltiert)



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

Voranmeldungen bis Mittwoch, 13. März 2024
Nachmeldungen bis 30 Minuten vor dem Start

- | | | |
|--|---------------------|---------------|
| Meldegebühren: (inkl. Verbandsabgabe) | Hobbylauf / Walking | 7,-€ |
| | Hauptlauf | 7,-€ |
| | Schülerlauf | 3,-€ |
| | Nachmeldung | 3,-€ Zuschlag |

| | | | |
|-----------------------|--|--|-----------------|
| Altersklassen: | U10 | M/W8 | 2016 und jünger |
| | | M/W9 | 2015 |
| | U12 | M/W10 | 2014 |
| | | M/W11 | 2013 |
| | U14 | M/W12 | 2012 |
| | | M/W13 | 2011 |
| | U16 | M/W14 | 2010 |
| | | M/W15 | 2009 |
| | | männl./weibl. U18 | 2007/2008 |
| | | männl./weibl. U20 | 2005/2006 |
| | | Aktive | 2004-1995 |
| | | Senioren M/W 30 | 1994-1990 |
| | | Senioren M/W 35 | 1989-1985 |
| | | usw. bis Senioren M/W 75 | 1949 und älter |
| Wertungen: | Schülerlauf: | Altersklassenwertungen M/W15 bis M/W8 | |
| | 5km-Lauf: | U16 (2009 und jünger), U18, U20, Aktive, Senioren M/W30 bis M/W75 | |
| | | Walking: nur Zeitmessung für die Urkunden, keine Platzierungen | |
| | 10km-Lauf: | U18 (2007 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 | | |