



3. Wertungslauf "Pilz-Cup 2012"

11. Werner-Beisiegel-Gedächtnislauf

15. April 2012 - Bad Münster am Stein

3. PILZ-CUP-Lauf Jugend/Erwachsene
3. PILZ-CUP-Lauf Schüler/innen

Ausrichter:

LC 1980 Bad Kreuznach e.V.

Start und Ziel:

Friedensbrücke in Bad Münster am Stein / Ebernburg, ca. 250 m von der Anmeldung entfernt.

Strecken und Startzeiten:

9:20 Uhr 200 m (W Jg. 2005 u. jünger)
9:25 Uhr 200 m (M Jg. 2005 u. jünger)
9:30 Uhr 800 m (Jg. 2001 bis 2004)
9:40 Uhr 1.600 m (Jg. 1997 bis 2000)
10:00 Uhr 21,1 km (Jg. 1996 und älter)
10:00 Uhr 10 km (Jg. 1996 und älter)
10:10 Uhr 5 km (Jg. 1996 und älter)

Streckenbeschreibung:

Absolut ebene, schnelle Wendepunkt-strecken im Nahetal auf einem ehemaligen Bahndamm zwischen Ebernburg und dem Stausee bei Niederhausen direkt unterhalb der imposanten Kulisse des Rotenfels, einer ca. 1.200 m langen und über 200 m aufragenden fast senkrechten Steilwand aus rötlichem Porphyrgestein. „Eine der schönsten Laufstrecken Deutschlands“.

NEU: Strecke ist durch den DLV amtlich vermessen und bestenlistenfähig !!!

Anmeldung und Umkleiden:

Realschulsporthalle Bad Münster am Stein / Ebernburg in der Götzenfelsstrasse.
Folgen Sie der Ausschilderung.

Startgeld:

Erwachsene	7,00 €
Jugendliche (bis U 20)	5,00 €
Schülerläufe (800 und 1600 m)	3,00 €
Bambiniläufe (200 m)	1,00 €

Anmeldung:

Online bis **Donnerstag, 12. April 2012** über www.volkslauf.de

Nachmeldungen:

Am Wettkampftag bis 60 Minuten vor dem jeweiligen Start, Nachmeldegebühr 2,00 € .

Auskünfte:

Rolf Hennemann Tel. 0671/48 22 877
Thomas Braun Tel. 0671/43 274
eMail : LC80KH@googlemail.com

Auszeichnung:

Bambini und Schülerläufe: Urkunden für alle Teilnehmer, Überraschung für die Erstplatzierten.

Hauptläufe: Urkunden und Sachpreise für die Altersklassensieger (Platz 1 bis 3).

Ergebnislisten und Urkunden für alle Teilnehmer können ab nachmittags online abgerufen und ausgedruckt werden unter

www.volkslauf.de

Auswertung:

Die Zeitnahme und Auswertung erfolgt wie im letzten Jahr durch den renommierten Zeitnahmeprofis „Michael Dorsch“. Näheres unter www.volkslauf.de

Verpflegung:

Für das leibliche Wohl ist wie immer bestens gesorgt.

Hinweis in eigener Sache:

Besuchen Sie uns auch im Internet unter www.lc80-badkreuznach.de oder bei unserem sonntäglichen Laufftreff um 9:00 Uhr auf dem Wanderparkplatz auf dem Kuhberg gegenüber dem Forsthaus Spreitel. Bei unseren, vom Deutschen Leichtathletik Verband (DLV) anerkannten Laufftreff werden unter erfahrener Anleitung Strecken von 7 bis 13 km gelaufen. Hier können Sie sich auch gerne auf Ihren Wettkampf vorbereiten. Schauen Sie doch einfach mal vorbei!



Der Laufclub 1980 Bad Kreuznach e.V. oder kurz „LC 80“ freut sich auf Ihren Besuch und wünscht jetzt schon viel sportlichen Erfolg.

Mit großzügiger Unterstützung durch

Meffert AG
Farbwerke