



4. Wertungslauf "Pilz-Cup 2010"

20. Seppel-Kiefer-Gedächtnislauf

21. März 2010 – Bad Kreuznach

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

Ausrichter:

DJK Adler 1920 e.V. Bad Kreuznach

Start und Ziel:

Stadion Salinental in Bad Kreuznach

Zeitplan und Wettbewerbe:

9:15 Uhr	200 m	Bambini
9:20 Uhr	800 m	W/M8 bis W/M11
9:30 Uhr	1.300 m	W/M12 bis W/M15
9:45 Uhr	Halbmarathon	F/M bis W/M80
10:00 Uhr	5.000 m	W8/M8 bis W/M80
10:15 Uhr	10.000 m	W/M10 bis W/M80

Achtung:

Kein Walking und Nordic-Walking !

Wettkampfklassen:

Mit Altersklassenwertung (AKW) gemäß LAO

Streckenbeschreibung:

Asphaltierte ebene Spazierwege. Spikes können nicht benutzt werden.

Anmeldung:

Siegmar Kaminski
Telefon: 0 67 21 / 34 061
E-Mail: djk-adler@sk-cross.de
Internet: www.sk-cross.de

Wichtiger Hinweis:

Bei Anmeldung unbedingt Name, Vorname, Geburtsjahr und Verein oder Städtenamen angeben

Startgeld:

Bei Voranmeldung und
Überweisung bis 15.03.2010 - 6,00 €
Jugendliche bis 18 Jahre - 2,50 €
Bambini bis 6 Jahre - frei
Nachmeldegebühr
am Wettkampftag bis 9.00 Uhr - 2,00 €

Voranmeldung und Überweisung

des Startgeldes unter Angabe der Startnummer (Erhalt bei Voranmeldung) auf
Kontonummer: 5942
Sparkasse Rhein Nahe - BLZ 560 501 80

Bitte am Veranstaltungstag Anmeldebestätigung mitbringen !

Meldeschluss:

Montag, den 15. März 2010

Nachmeldungen:

Ab dem 16.3.2010 ist eine Teilnahme nur noch **per Nachmeldung** am Starttag **bis 9:00 Uhr** möglich.

Auszeichnungen:

Die drei zeitschnellsten Läufer/-innen über 5 km, 10 km und Halbmarathon Jeder Läufer/-in erhält am Wettkampftag eine Urkunde.
Die Altersklassen Bambini und Jugend erhalten eine Überraschung.

Ergebnislisten:

Die Ergebnislisten und bis zu 2 Urkunden können zum Unkostenbeitrag von 2,50 € nachgesandt werden.
Jede weitere Urkunde 1,00 €, Vereinspauschale 10,00 €
Bitte fragen Sie nach den Umschlägen.

Umkleiden und Duschen:

Im Stadion Salinental.

Haftungsausschluss:

Für Unfälle, Sachschäden, Diebstahl und verlorene Gegenstände übernimmt der Veranstalter keine Haftung.

Die DJK Adler 1920 e.V. Bad Kreuznach freut sich auf Ihren Besuch und wünscht Ihnen sportlichen Erfolg.