

# Straßen – und Volkslauf in Himmelpforten am Samstag, den 24. März 2012

|  |   |                |                       |
|--|---|----------------|-----------------------|
| <b>Veranstalter</b>                        | LG Kreis Nord – Stade   |                |                       |
| <b>Veranstaltungs-Nr.</b>                  |   |                |                       |
| <b>Durchführung</b>                        | Die Läufe werden nach den „Internationalen Wettkampfbestimmungen“(IWB) – neueste Ausgabe – unter Aufsicht des NLV durchgeführt. Der Halbmarathon, 10 km und der 5 km Lauf wurden als Straßenlaufwettbewerbe und Volksläufe angemeldet.  |                |                       |
| <b>Wettbewerbe</b>                         | 21,1 km - Straßenlauf   | (Halbmarathon) |                       |
|  | 10 km - Straßenlauf   |                |                       |
|  | 5 km - Straßenlauf  |                |                       |
| <b>Startzeit</b>                           | <b>14:00 Uhr</b>  | -              | 21,1km                |
|  | <b>14:15 Uhr</b>  | -              | 10 km                 |
|  | <b>14:20 Uhr</b>  | -              | 5 km                  |
| <b>Start und Ziel</b>                      | In der Nähe der Porta – Coeli Schule  |                |                       |
| <b>Startunterlagen und Wettbewerbe</b>     | Porta – Coeli Schule  |                |                       |
| <b>Startgebühren</b>                       | Halbmarathon  | -              | 10,00 Euro Erwachsene |
|  | Halbmarathon  | -              | 5,00 Euro Jugendliche |
|  | 10 u. 5 km  | -              | 7,00 Euro Erwachsene  |
|  | 10 u. 5 km  | -              | 3,00 Euro Jugendliche |
|  | Die Startgebühr wird bei Abholung der Unterlagen erhoben  |                |                       |
| <b>Ergebnislisten</b>                      | Werden gegen eine Gebühr von 2 Euro nachgesandt.  |                |                       |
| <b>Streckenführung und Streckenverlauf</b> | Himmelpforten, asphaltierte Wendepunktstrecke ca. 10 km (mit zwei Bachsenken) innerhalb und außerhalb des Ortes. Für den Halbmarathon muß die Strecke zweimal durchlaufen werden. Alle Strecken sind nach <b>IAAF/IWB</b> Regeln vermessen. Jeder Kilometer ist gekennzeichnet. |                |                       |
| <b>Verpflegung</b>                         | Auf der Strecke ca. alle 5 km und im Ziel.  |                |                       |
| <b>Urkunden/ Auszeichnung</b>              | Urkunden für alle durch das Ziel kommende Teilnehmer. Eine Auszeichnung für die Gesamtsieger. Beim Halbmarathon auch in den Seniorenklassen. Eine Siegerehrung erfolgt für alle Plätze.   |                |                       |
| <b>Umkleide- und Duschmöglichkeiten</b>    | Sind in der Sporthalle vorhanden.   |                |                       |
| <b>DLV – Stempel</b>                       | Volkslaufstempel im Zielbereich.  |                |                       |

|                               |  |   |         |                    |      |
|-------------------------------|--|---|---------|--------------------|------|
| <b>Wertung</b>                | Halbmarathon   | - Männer HK und Senioren<br>- Frauen HK und Seniorinnen<br>- männliche Jugend A<br>- weibliche Jugend A<br>- alle Klassen |         |                    |      |
|                               | 10 u. 5 km   |   |         |                    |      |
| <b>Streckenrekorde</b>        | Hbm  | Männer  | 1:14:12 | Frank Themsen      | 2001 |
|                               |  | Frauen  | 1:30:35 | Petra Schultz      | 2002 |
|                               | 10 km  | Männer  | 32:48   | Ingo Schröter      | 2000 |
|                               |  | Frauen  | 38:07   | Christin Liedtke   | 2009 |
|                               | 5 Km   | Männer  | 16:50   | Jagdhuber, Andreas | 2010 |
|                               |  | Frauen  | 19:56   | Christin Liedtke   | 2011 |
| <b>Teilnahmebedingungen</b>   | Jedermann mit der offiziellen Startnummer des Veranstalters ist startberechtigt. Die Startnummer ist nicht übertragbar. Sie ist sichtbar und unverändert auf der Brust zu tragen. Es darf nur teilnehmen, der für den Lauf ausreichend trainiert ist und gegen dessen Teilnahme keine ärztlichen Bedenken bestehen. Mit der Teilnahme an der Veranstaltung in Himmelpforten wird diese Ausschreibung anerkannt, insbesondere der darin veröffentlichte Haftungsausschuß. |   |         |                    |      |
| <b>Haftungsausschuß</b>       | Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung für Schäden jeglicher Art.   |   |         |                    |      |
| <b>Anmeldung/ Meldeschluß</b> | Bis zum 21. März 2012 (Meldeeingang) unter Angabe von: Name, Vorname, Anschrift, Verein, Jahrgang und Laufstrecke.   |   |         |                    |      |
|                               | Für verspätet eingehende Meldungen wird eine Nachmeldegebühr von 2 Euro erhoben.<br><b>Nachmeldungen nur bis eine Stunde vor dem Start.</b>  |   |         |                    |      |
| <b>Meldeanschrift</b>         | Manfred Keitsch<br>Weidenkamp 3<br>21709 Himmelpforten<br>Tel.: 04144 699163<br>E-Mail: <a href="mailto:strass-hpf@ewetel.net">strass-hpf@ewetel.net</a><br>Home: <a href="http://www.klv-stade.de">www.klv-stade.de</a>   |   |         |                    |      |
| <b>Anfahrt</b>                | Himmelpforten liegt an der B 73 ca. 12 km von Stade entfernt, Richtung Cuxhaven. Innerhalb des Ortes ist ausgeschildert.   |   |         |                    |      |

Wir wünschen den Teilnehmern eine gute  
Anreise und viel Erfolg!!!

**Leichtathletikgemeinschaft Kreis Nord – Stade**  
MTV Hammah– MTV Himmelpforten–TuS Oldendorf

# 24. Straßen- und Volkslauf



in Himmelpforten

Halbmarathon, 10 km und 5 km

Samstag, den 24. März 2012