

12. Winterlauf in Oldendorf am Sonntag, den 30. Januar 2011

Veranstalter	Leichtathletikgemeinschaft Kreis Nord – Stade			
Veranstaltungsnr.	107 5516 401			
Allgemeines	Der Lauf wird nach den „Internationalen Wettkampfbestimmungen“ (IWB) – neueste Ausgabe durchgeführt. Er ist als Straßen- und Volkslauf angemeldet.			
Wettbewerbe	5 km –	10 km –	15 km –	20 km – 25 km 30 km – 35 km – 40 km – 45 km – 50 km
Startzeit	10:00 Uhr für alle Wettbewerbe			
Zielschluß	16:00 Uhr			
Start und Ziel	In der Nähe des Rudolf – Pöpke Sportzentrum in Oldendorf			
Startunterlagen und Wettkampfbüro	Rudolf – Pöpke Sportzentrum in Oldendorf			
Startgebühren	5, 10, 15 km Lauf	- Ew	7,00 €	
		Jgd	3,00 €	
	20, 25, 30, 35, 40, 45, 50 km Lauf	- Ew	13,00 €	
		Jgd	6,00 €	
	Die Startgebühr wird bei der Abholung der Unterlagen erhoben.			
Streckenführung und Streckenverlauf	Asphaltierter 5 km Rundkurs mit Wendepunktteil. Die Laufstrecke verläuft auf asphaltierten Feld- und Fahrradwegen mit geringen Höhenunterschieden. Sie ist nicht für den übrigen Straßenverkehr gesperrt und auch nicht von eventuellen Schnee oder Eis geräumt. Die Strecke ist nach IAAF/IWB-Reglen vermessen. Jeder Kilometer ist gekennzeichnet.			
Verpflegung	Alle 5 km und im Ziel.			
Urkunden	Eine Siegerehrung erfolgt für alle Plätze.			
Ergebnislisten	Werden gegen eine Gebühr von 2 € nachgesandt.			
Umkleide- und Duschkmöglichkeiten	Sind in der Sporthalle vorhanden.			
Übernachtung	Steht im begrenzten Umfang in der Sporthalle zur Verfügung. Übernachtung mit eigener Ausrüstung.			
Streckenrekorde	50 km	Männer	3:30:16	Hartmut Seele 25.01.2004
		Frauen	4:12:03	Frieda Harms 25.01.2004

Teilnahmebedingungen

Jedermann ist startberechtigt. Die Startnummer ist sichtbar und unverändert auf der Brust zu tragen. Es darf nur der teilnehmen, der für den Lauf ausreichend trainiert ist und gegen dessen Teilnahme keine ärztlichen Bedenken bestehen. Mit der Teilnahme an der Veranstaltung in Oldendorf wird diese Ausschreibung anerkannt. Insbesondere der darin veröffentlichte Haftungsausschluß.

Haftungsausschluß

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Schäden oder Unfälle jeglicher Art.

Anmeldung/ Meldeschluß

Bis zum 27. Januar 2010 unter Angabe von Name, Vorname, Anschrift, Jahrgang, Laufstrecke und Verein. Für verspätet eingehende Meldungen wird eine Nachmeldegebühr von 2 € erhoben.

Nachmeldungen nur bis eine Stunde vor dem Start.

Meldeanschrift

Manfred Keitsch
Weidenkamp 3
21709 Himmelpforten
Tel.: 04144 – 699163 Fax: 04144 – 699159
E-Mail: winterlauf@ewetel.net

Anfahrt: Über B 73

(Hamburg – Cuxhaven), in Himmelpforten Richtung Oldendorf abbiegen (5 km).

Über B 74

(Bremen/Bremervörde – Stade), in Elm Richtung Himmelpforten/Oldendorf abbiegen /10 km).

In Oldendorf der Örtlichen Ausschilderung folgen.

Über Deine Teilnahme würden wir uns freuen !



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

12. Winterlauf



in Oldendorf

5, 10, 15, 20, 25, 30, 35, 40, 45 oder 50 Km
Sonntag, den 30. Januar 2011