SC Lüchow

16. Lüchower Zehner

Freitag, den 17. Juli 2009

9.07.4311.4.13

Bushaltestelle der Lüchower Grundschule
1 km für Schülerinnen und Schüler um 18.30 Uhr

Start 19.00 Uhr

6 km Straßenlauf ohne AK-Wertung (nur männlich/weiblich)
10 km Straßenlauf (und Kreismeisterschaften) für
Männer und Frauen männliche und weibliche Jugend A und B
Senioren und Seniorinnen (M/W 30/35, M/W 40/45, M/W 50/55, M/W 60 und älter)

Mannschaftswertung nur für Männer und Frauen

Meldungen bitte bis zum (Posteingang)

13. Juli 2009 an :

Manfred Haacke Bergstr. 38 29439 Lüchow
E-Mail : MP.HAACKE@t-online.de

☎: 05841-6796
Fax: 05841-974202

Die Voranmeldung ist kostenneutral, d.h. wer trotz Voranmeldung nicht teilnehmen kann, darf auch keine Organisationsgebühr bezahlen ! Nachmeldungen und Meldungen am Wettkampfort werden bis 18.30 Uhr mit doppelter Gebühr angenommen.

<u>Organisationsgebühren :</u>	Erwachsene	5,00 €
	Jugendliche	2,00 €
	Schüler	1,00 €

Alle Teilnehmer erhalten eine Urkunde

Pokale : schnellste Frau schnellster Mann über 10 km

Start/ : Vom Start auf dem Orts Verbindungsweg zwischen Lüchow und Saaße in Richtung
Strecke Saaße; ein Rundkurs zwischen Saaße und Banneick ist zweimal zu durchlaufen (10 km); zurück zum Start und weiter zum Ziel an der Bushaltestelle der Grundschule hinter dem Sportplatz. Am Ziel befindet sich auch der Stellplatz. Die Strecke ist nach AIMS-Regeln vermessen und vom DLV am 07.07.94 genehmigt.

Umkleiden : Sportanlage (Fußweg zu Start und Ziel)

Getränke : Mineralwasser an der Strecke und im Ziel.

Die Veranstaltung gehört zum Wendlandlaufcup 2009

Pokalgewinner 2008:
Marlene Waltke IGAS Wendland Jürgen Schwarz SC Lüchow