

Termine des 6. Hochsauerländer-Laufcups

Läufe und Termine

Sonntag, 05.05.2013	2. Ruthenberglauf 10/20 km TUS 31 Elleringhausen, www.volkslauf.elleringhausen.net
Sonntag, 12.05.2013	38. Rütthener Bibertal Volkslauf 10/21 km TSV Rütthen, www.bergstadt-marathon-ruethen.de
Samstag, 18.05.2013	27. Pfungstwaldlauf 10/21 km PSV Brilon, www.psv-brilon.de
Samstag, 08.06.2013	7. Langenberglauf 11/21 km TUS Germania Bruchhausen, www.langenberglauf.de
Samstag, 22.06.2013	31. Eggelauf 10/20 km BC 23 Meerhof, www.bc23meerhof.de
Samstag, 20.07.2013	51. Hochsauerlandlauf 11/25 km SC Altastenberg, www.ski-club-altastenberg.de
Samstag, 03.08.2013	16. Deifelder Abendlauf 10,5/19 km SV Deifeld, www.abendlauf.deifeld.de
Sonntag, 18.08.2013	31. Aabachtalsperre 10/21 km TUS Bad Wünnenberg, www.tus-bad-wuennenberg.de
Sonntag, 01.09.2013	8. Hesborner Kuckuckslauf 12/21 km Skiclub Hesborn, www.kuckuckslauf.de
Samstag, 12.10.2013	49. Herbstwaldlauf Fretter 11/21 km Skiclub Fretter, www.skiclub-fretter.de
Samstag, 02.11.2013	Siegerehrung



7. Langenberglauf

Samstag, 8. Juni 2013

Bruchhausen an den Steinen

Ausschreibung



21 km - 11 km - 6 km - 1,5 km

Bambini-Lauf - Walking

Infos unter:

www.langenberglauf.de

Gut.

Für's Sauerland.

 Sparkasse
Hochsauerland



www.sparkasse-hochsauerland.de
www.facebook.com/sparkassehochsauerland



7. Langenberglauf

Länge 11 km und 21 km



STRECKE	KLASSE	START Am Sportplatz	STARTGELD
11 km	ab WJ / MJ U 18 (16 + 17 J.) bis W / M 75	15.00 Uhr	6,00 €
21 km	ab WJ / MJ U 20 (18 + 19 J.) bis W / M 75	15.10 Uhr	7,00 €
1,5 km	WK / MK U 10 + U 12 + U 14 & WJ / MJ U 16 (8 J. - 15 J.)	15.20 Uhr	3,00 €
6 km	alle	15.30 Uhr	4,00 €
0,4 km Bambinilauf	bis einschl. 7 Jahre und jünger	15.35 Uhr	--
21 km Walking & NW	alle	14.15 Uhr	6,00 €
11 km Walking & NW	alle	15.05 Uhr	4,00 €

Weitere Infos unter:

www.langenberglauf.de

Der Langenberglauf ist Teil
der Laufserie „Hochsauerländer Laufcup“

- Zahlungsweg:** Barzahlung des Startgeldes am Starttag oder Überweisung auf das Konto Nr. 4903 bis zum 28.5.2013 bei der Sparkasse Hochsauerland (BLZ 416 517 70)
- Voranmeldung:** Nur in Verbindung mit Überweisung des Startgeldes. Bei Voranmeldung reduziert sich das Startgeld jeweils um 1 Euro.
- Nachmeldung:** Sportheim Bruchhausen bis 30 Min.
- Anreiseort:** 59939 Olsberg-Bruchhausen an den Steinen; Sportplatz
- Anmeldung und Auskunft:** Simone Schmidt, Kapellenweg 12, 59939 Olsberg, Tel.: 02962 / 6139; E-Mail: langenberglauf@online.ms
- Zeitnahme:** Erfolgt neben den Läufen auch für Nordic / -Walking
- Auszeichnungen:** Urkunden für alle Teilnehmer am Veranstaltungstag
Pokale für die erstplatzierten Läufer/innen auf der 21 und 11 km Strecke & kleine Präsente für Kinder
- Haftung:** Die Teilnahme erfolgt auf eigenes Risiko
- Hinweis:** Änderungen obliegen dem Veranstalter