

Bambinilauf 400 m



Distanz: 400 m Lauf (1 Stadionrunde)
Wertung: in Altersklassen
3 - 4 Jahre
5 - 6 Jahre
7 - 8 Jahre
9 -10 Jahre

Startschuss. Lauf. Sieg.

Start: Samstag, 11. Mai 2019
um 13:00 Uhr
Realschule Selb
Sportanlage - Jahnstraße 61
Startgebühr: Teilnahme kostenfrei
Anmeldung: ab 12:00 Uhr im Stadion

Bewegung macht Spaß!

Sponsor:

HIRSCHMANN
Health & Fitness

12. AOK Nordic Walking Day



Routen: Jungbrunnenroute - 6,0 km
Vital Route - 8,1 km
Aktiv Route - 10,6 km
Plus: gemeinsames Warm-Up
Verpflegungsstationen
Gewinnspiel
100 AOK Prämienpunkte

Mitmachen. Gut fühlen.

Start: Samstag, 11. Mai 2019
um 14:15 Uhr, Realschule Selb
Sportanlage - Jahnstraße 61
Startgebühr: Teilnahme kostenfrei
Anmeldung: am AOK-Stand ab 13:00 Uhr

Prävention erhält Gesundheit.



Eine detaillierte Beschreibung der
Nordic-Walking-Strecken des
AOK parcours finden Sie auch hier:
www.laufgruppe-selb.de

31. Hutschenreuther Halbmarathon



21 km Halbmarathon
8 km Lauf mit Firmenlauf
400 m Bambinilauf
AOK Nordic Walking Day

Samstag, 11. Mai 2019
Schulsportanlage Realschule Selb
Jahnstraße 61, 95100 Selb



Veranstalter:
Hutschenreuther Laufgruppe e.V.
c/o Siegfried Pawletta
Dekan-Bohrer-Str. 25
D-95100 Selb
Telefon: (09287) 68183
e-Mail: mail@laufgruppe-selb.de
<https://www.laufgruppe-selb.de>

Die vollständigen Ausschreibungs-
unterlagen mit Streckenbeschreibungen
und Online-Anmeldung im Internet unter
www.laufgruppe-selb.de



21 km Halbmarathon

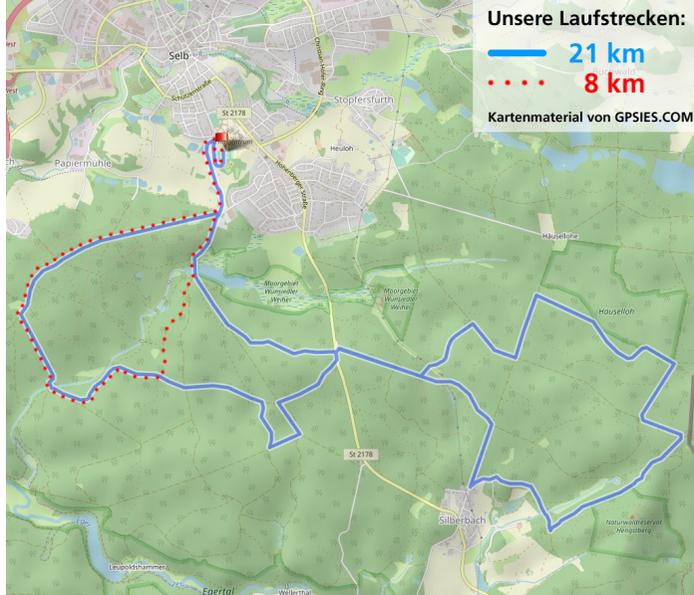
Distanz: 21 km (mit Zeitnahme)

Mindestalter für die Teilnahme: 16 Jahre

Wertung: MHK und WHK
Altersklassen 30-80 Jahre in 5er Staffelung

Mannschaftswertung:
Zeitaddition der 3 schnellsten LäuferInnen (m/w)

Preise: je 100 Euro für die Gesamtsieger (m/w)



ACHTUNG - geänderte Streckenführung! Start und Ziel für beide Laufstrecken (21 km und 8 km) ist das Stadion der Realschule Selb. Detaillierte Streckenbeschreibungen unter www.laufgruppe-selb.de

Es gibt mehrere Verpflegungsstationen auf der Strecke und im Ziel. Umkleiden und Duschen stehen in der Turnhalle der Realschule zur Verfügung. Kostenlose Massagen durch die Physiotherapiepraxis Schönberner & Brunzel. Verlosung von Sachpreisen!

8 km & 13. Firmenlauf

Distanz: 8 km (mit Zeitnahme)

Wertung: MHK und WHK
Altersklassen 30-80 Jahre in 5er Staffel

Firmenlauf: Zeitaddition der 3 schnellsten LäuferInnen einer Firma/Behörde

Preise: je 50 Euro für die Gesamtsieger (m/w)



Zeitplan

11:30-13:00 Uhr Abholung Startunterlagen/Nachmeldungen in der Aula der Realschule Selb
13:40 Uhr Samba Band (am Start und im Ziel)
14:00 Uhr Startschuss 8 km und 21 km im Stadion
16:45 Uhr Siegerehrung in der Aula der Realschule Selb

Wir danken den vielen freiwilligen Helfern, der Stadt Selb, der Realschule, der Feuerwehr, der Polizei, dem BRK, dem betreuenden Arzt Dr. Täuber und allen Sponsoren für deren Unterstützung!

Die Teilnehmer/-innen verzichten auf alle Rechtsansprüche (auch Dritter) an die Veranstalter/Ausrichter und bestätigen, dass sie körperlich gesund und ausreichend trainiert sind, um an den Läufen teilnehmen zu können.

Anmeldung

Online bis zum 09.05.2019 unter www.laufgruppe-selb.de (Nachmeldungen am Starttag) oder per beiliegender Postkarte

Startgebühr: Erwachsene	13 Euro
Jugendliche	8 Euro
Nachmeldung am Starttag	15 bzw. 10 Euro

Unsere Sponsoren 2019

