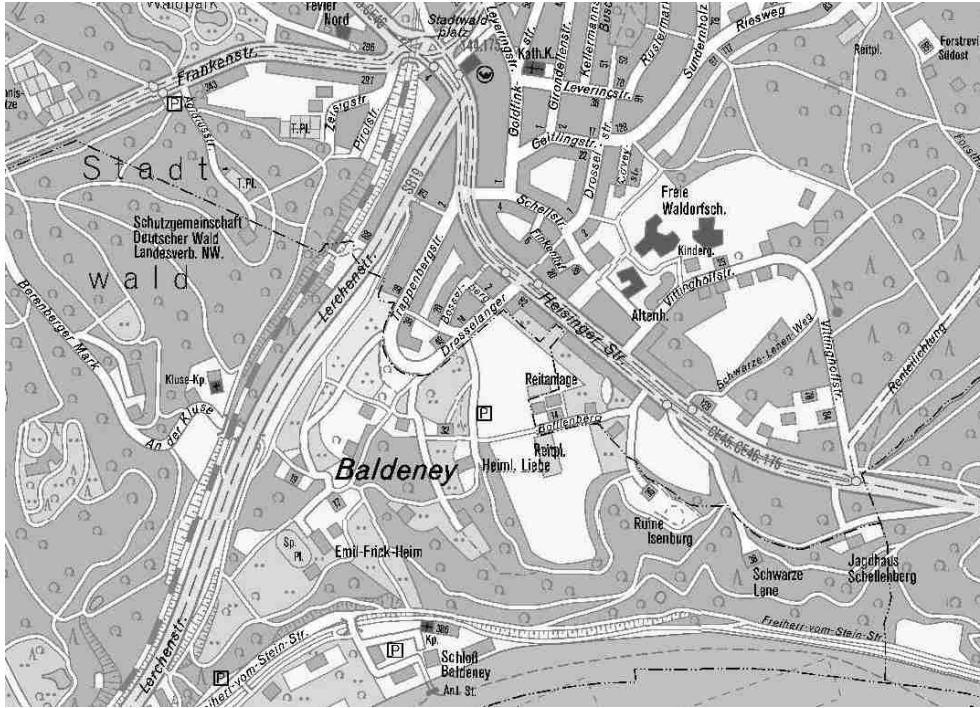


Isenburglauf Streckenprofil



Am Ziel Erbsensuppe,
alkoholfreies Pilsener
für alle Aktiven



mit Nordicwalking / Walking

Essener Skiklub



ISENBURGLAUF

11. September 2010
ESSEN-STADTWALD
START: 13:00 Uhr

Internet: www.isenburglauf.de

Isenburglauf 2010

genehmigter DLV-Volkslauf

Veranstalter:

Essener Ski Klub e. V. 1908

Mitglied im DLV

Wettbewerbe/	Nordicwalking/ Walking	7000m	13:00 Uhr
Startzeiten	Bambini	ca.500m	15:00 Uhr
	Schüler/innen	2000m	15:30 Uhr
	Hauptlauf	7000m	16:00 Uhr
Wettbewerbs-	Bambini	2002 und jünger	
klassen	Schüler/innen C/D	2001-98	
	Schüler/innen A/B	1997-94	
	w/m Jugend B	1993-92	
	w/m Jugend A	1991-90	
	w/m Hauptklasse bis w/m 80 und älter		
	(10 Jahres-Einteilung) für Läufer		
	Nordicwalker und Walker		
	w/m bis 29 Jahre, w/m 30-49 Jahre, w/m 50-69 Jahre		
	und w/m 70 – 89 Jahre		

WICHTIG: Nordicwalking nur mit Gummipuffern an den Stöcken!

!!!!!!!die Wettbewerbe sind offen für Jedermann!!!!!!!

Meldungen Bevorzugt online : www.isenburglauf.de
oder an folgende Adresse:
Rainer Vogel, Regenbogenweg 20d, 45149 Essen
Tel: 0201/714581 Fax: 0201/714581
oder:
reinhard.henkel@essener-skiklub.de

Meldeschuß **10.09.2010** -Online Meldungen-

Nachmeldungen bis eine Stunde vor dem Start im Wettkampfbüro an Start und Ziel

Zeitnahme **Achtung! Keine Zeitnahme mit Champion -Ship**
Normale Zeitnahme über die Kampfrichter

Startgebühren

Bambini:	EUR	3,00 incl. T-Shirt
Schüler und Jugendliche:	EUR	5,00 incl. T-Shirt
Haupt- und Altersklassen:	EUR	10,00 incl. T-Shirt
Nordicwalking/Walking:	EUR	10,00 incl. T-Shirt
Nachmeldegebühr:	EUR	2,00*
Ergebnisliste:	EUR	2,50

zahlbar bei Abholung der Startunterlagen im Wettkampfbüro
jeder Teilnehmer erhält 1 Erbsensuppe und 1 Getränk
*bei Nachmeldung T-Shirt nur solange der Vorrat reicht

König Pilsener

Start und Ziel Start und Ziel befinden sich am Parkplatz Frankenstraße/ Ägidiusstraße neben der Tennisanlage Grün-Weiß
!!!!!!!Hier befindet sich auch das Wettkampfbüro!!!!!!

Anfahrt A52 bis Ausfahrt Essen-Rüttenscheid / B 224 (Alfredstr.) in Richtung Solingen / 5. Ampel links in Richtung Steele , Rellinghausen / geradeaus bis Hinweisschild Isenburglauf-Parkplatz

Umkleide-
möglichkeit eine Umkleidemöglichkeit besteht auf der Sportanlage „Schillerwiese“ oder am Tennisplatz Grün-Weiß-Stadtwald (wird ausgeschildert)

Laufstrecken **Bambini 500m:** 1x um die „Mondscheinwiese“ bei Start und Ziel/ Hauptweg und zurück ½ Runde Mondscheinwiese

Schüler 2000m: Start an der Mondscheinwiese / kleine „Radrunde“

7000m: Richtung Kluse / Unterführung Lerchenstraße / seeseitig um das Emil-Frick-Heim / Ruhr-Höhenweg/ Schwarze Lehne / Isenburg / Heimliche Liebe / Rückseite Emil-Frick-Heim / Unterführung Lerchenstraße / Ziel

alle Laufstrecken befinden sich auf befestigten Waldwegen bzw. Straßen

Siegerehrung um **18.30** Tennisplatz Grün-Weiß-Stadtwald (wird ausgeschildert). Die Siegerehrungen für Bambini, Schüler und Nordicwalker/Walker finden nach den Läufen beim Start und Ziel statt

Preise/ Pokale

Bambini: jeder darf einmal in die Grabbelkiste greifen
2000m: 1 Pokal beste(r) Schüler(in) A/B und C/D
7000m: 1 Pokal beste Frau HK & w30
1 Pokal beste Frau ab w40
1 Pokal bester Mann HK & m30
1 Pokal bester Mann ab m40

Nordicwalking/Walking 1 Pokal für den Besten in jeder Klasse

diverse Auszeichnungen oder Sachpreise für den ersten, zweiten und dritten Platz in jeder Klasse
!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!jeder Teilnehmer erhält eine Urkunde!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

Bitte ankreuzen

Der Teilnehmer ist damit einverstanden, das seine Daten im Internet durch die Ergebnislisten veröffentlicht werden!

Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Unfälle und sonstige Schadensfälle aller Art.

