



natürlich
hier geht's lang ...



natürlich
das sollte man wissen ...



natürlich
das sollte man wissen ...

STRECKENFÜHRUNG DURCH DEN LANDKREIS

■ Lauf-Strecke (61,2 km):

Diendorf – Schwarzach – Altfalter – Wölsendorf – Schwarzenfeld – Freihöls – Rauberweiherhaus – Wackersdorf – Steinberg – Katzdorf – Teublitz

■ Nordic-Walking-Strecke (20,5 km):

Wackersdorf (Start Nordic-Walker) – Steinberg – Katzdorf – Teublitz



- Die Läufer laufen Streckenabschnitte zwischen 3,5 und 8,0 km. Die Nordic-Walker gehen Abschnitte zwischen 5,5 und 8,0 km. Die Strecke ist ab dem 28. April 2007 gekennzeichnet, so dass dort auch Trainingsläufe durchgeführt werden können. Eine detaillierte Streckenbeschreibung ist im Internet unter www.partner-sad.de ab dem 1. April 2007 einzusehen.

VOR DEM LAUF

■ WANN UND WO?

Samstag 26. Mai 2007

Start „Läufer“: 8.00 Uhr in Diendorf (Sportplatz)

Start „Walker“: 9.00 Uhr in Wackersdorf (Volksfestplatz)

■ WIE FUNKTIONIERT'S?

Der Landkreislaf wird in Form eines Staffellaufs durchgeführt: Die Läuferstaffeln bestehen aus 10 Teilnehmern und die Walkerstaffeln aus 3 Teilnehmern. Der Wechsel erfolgt durch „Abschlagen“ in der gekennzeichneten Wechselzone. Jeder Läufer darf nur einen Streckenabschnitt laufen.

■ WER MACHT MIT?

Der Landkreislaf ist ein Lauf für jedermann und kein Wettkampf: Angesprochen sind: Lauftreffs, Sportvereine, Firmenteams, Freizeitclubs, Schul- und Firmenmannschaften, Feuerwehrmannschaften, Behördenmannschaften, Burschenvereine und alle, die Freude am Laufen haben.

■ STARTNUMMERN:

Startnummern mit Sicherheitsnadeln sind bei den Wechselstationen erhältlich und beim Laufen an der Brustseite des Trikots zu befestigen.

■ WAS, WENN ES REGNET?

Der Lauf findet bei jeder Witterung statt.

■ VERSORGUNGSSTATIONEN UND SICHERHEIT:

An den Wechselstationen werden die Läufer mit Getränken versorgt. Die notwendigen Verkehrsregelungen werden von der Polizei und den Freiwilligen Feuerwehren wahrgenommen. Die Straßenverkehrsordnung ist zu beachten. Den Sanitätsdienst an der Strecke übernimmt das BRK.

WÄHREND UND NACH DEM LAUF

■ WERTUNG:

Gibt ein Läufer auf, so kommt die Mannschaft trotzdem in die Wertung. Der nächste Staffelläufer der Mannschaft erhält an der nächste Wechselstation eine neue Startzeit. Auf die ab dieser Station gelaufenen Endzeit wird die Zeit dazu gerechnet, die bis zur Wechselstation vor dem Ausfall gelaufen wurde. Diese beiden addierten Zeiten und die langsamste gelaufene Zeit auf der Etappe, auf der der Läufer ausgefallen ist, ergeben dann die Endzeit der Mannschaft.

■ NACH DEM LAUF:

Duschkmöglichkeiten sind an den Wechselstationen in Altfalter, Schwarzenfeld, Wackersdorf, Steinberg und Katzdorf sowie am Ziel in der neuen Turnhalle in Teublitz gegeben.

■ SIEGEREHRUNG:

Die Siegerehrung findet um 16.30 Uhr in der Turnhalle der Volksschule in Teublitz statt. Für Speisen und Getränke ist bestens gesorgt. Jeder Teilnehmer erhält ein hochwertiges Funktions-T-Shirt. Die jeweiligen Klassensieger erhalten einen wertvollen Wanderpokal.

Für beste Unterhaltung sorgt die Band „Chesty Morgan“, die Ihnen das Beste aus fünf Jahrzehnten Rockmusik präsentiert.

■ ERGEBNISLISTEN:

Die Ergebnislisten mit Einzelzeiten sind unter www.partner-sad.de einsehbar.

■ SONSTIGES:

Alle Teilnehmer laufen auf eigenes Risiko. Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung.

