

ANMELDUNG

9. Bad Abbacher Insellauf des TSV Bad Abbach

am 17. und 18. Juli 2010

Postweg Erich Wagner
Thomas-Mann-Str. 35
93077 Bad Abbach

E-Mail lauf@tsv-bad-abbach.de
Internet www.tsv-bad-abbach.de

Voranmeldeschluss für alle Läufe: 13.07.2010

Für die Wertung zum 2. Landkreis-Lauf-Cup werden die vollständigen
Adressdaten benötigt.

Name	<input type="text"/>	Vorname	<input type="text"/>
PLZ	<input type="text"/>	Ort	<input type="text"/>
Straße	<input type="text"/>		
Geburtsjahr	<input type="text"/>		
Verein	<input type="text"/>		
E-Mail	<input type="text"/> [freiwillig]		

17.07.2010 [bitte ankreuzen]

- | | | |
|--------------------------|--------------------------|-----------------------|
| <input type="checkbox"/> | 400 m für die Jüngsten | keine Startgebühr |
| <input type="checkbox"/> | 2000 m für den Nachwuchs | Startgebühr: 2,- Euro |
| <input type="checkbox"/> | 3,5 km Hobbylauf | Startgebühr: 3,- Euro |

18.07.2010

- | | | |
|--------------------------|--------------------------|------------------------|
| <input type="checkbox"/> | Halbmarathon | Startgebühr: 10,- Euro |
| <input type="checkbox"/> | Viertelmarathon | Startgebühr: 10,- Euro |
| <input type="checkbox"/> | Nordic Walking (10,5 km) | Startgebühr: 5,- Euro |

BANKÜBERWEISUNG gilt als Anmeldung

TSV Bad Abbach – Lauf 2010
Raiffeisenbank Bad Abbach, BLZ: 750 690 14

Konto Nr.: 200 196 533

Verwendungszweck:
Name, Vorname, Ort, Geburtsjahr, welcher Lauf, ggf. Verein

MELDESCHLUSS

13. Juli 2010 (Datum Poststempel)

Nachmeldung: 17. & 18.07.10 bis 30 min. vor dem Start möglich

STARTUNTERLAGEN

Ausgabe: 17.07.10 von 16.00 - 19.00 Uhr für Samstagsläufe
18.07.10 ab 8.00 Uhr für Sonntagsläufe

Ort: TSV Sportplatz, Freizeitinsel

STARTNUMMERN

Bitte sichtbar vorne tragen, sonst keine Wertung möglich!

ANFAHRT

B16 Ausfahrt Lengfeld, weiterfahren Richtung Poikam und Gundelshausen.
Der Beschilderung zum Inselbad folgen.

PARKPLÄTZE

Parkmöglichkeiten auf der Freizeitinsel in unmittelbarer Nähe von Start/Ziel.

HAFTUNG

Der Veranstalter übernimmt bei allen Laufwettbewerben keine Haftung für
Unfälle, Sachbeschädigungen oder sonstige Schäden.

**Die Laufveranstaltungen vom 17.07.10 und 18.07.10
sind beim BLV e.V. angemeldet.**

Die Strecke für Halb- u. Viertelmarathon ist vom BLV e.V. amtlich vermessen.



Laufftreff TSV Bad Abbach

9. Bad Abbacher Insellauf

Halb- und Viertelmarathon

10,5 km Nordic Walking

Hobbyläufe für
Kinder, Jugendliche und Erwachsene

Bad Abbach

Kurpark – Donaupromenade – Freizeitinsel

17. & 18. Juli 2010

Start und Ziel
beim TSV-Sportheim
auf der Freizeitinsel
beim Inselbad

ONLINE-ANMELDUNG:
www.TSV-Bad-Abbach.de



SAMSTAG 17.07.2010

HOBBYLAUF

Eine Runde auf der Insel (3,5 km)
für Erwachsene, Jugendliche und Schüler/innen (Jg. 2002 und älter)

Start ca. 18.30 Uhr

Startgeld 3,- Euro

Nachmeldegebühr 1,- Euro

2000 m auf der Insel für den Nachwuchs

Für Schülerinnen und Schüler (Jahrgang 1995-2002)

Start ca. 17.30 Uhr

Startgeld 2,- Euro

Nachmeldegebühr 1,- Euro

400 m rund um den Sportplatz für die Jüngsten

Ab 17.00 Uhr starten wir einen Lauf über 400 m für alle Kinder Jahrgang 2003 und jünger ohne Klassenwertung und ohne Startgeld.

Jeder teilnehmende Läufer erhält eine Urkunde mit seiner Laufzeit.

SIEGEREHRUNG

Im Anschluss an die Läufe auf dem Sportgelände.

Die drei Erstplatzierten eines jeden Laufes erhalten die Siegerurkunde im Rahmen der Siegerehrung.

Den anderen Teilnehmern werden die Urkunde auf Wunsch ausgedruckt und z.B. in den Abbacher Schulen verteilt.

SPONSOREN



SONNTAG 18.07.2010

HALB- UND VIERTEL MARATHON

NORDIC WALKING 10,5 km

Start 9.00 Uhr

Startgeld Halb- u. Viertelmarathon 10,- Euro

Nordic Walking 5,- Euro

Nachmeldegebühr 2,- Euro

Klasseneinteilung Jugend W/M (1991-1994)

Frauen/Männer ab 20 (1990 und älter),

ab W30/M30 Fünfeinteilung

Strecke (21.097 m) Zweimal zu laufender Rundkurs mit flacher, größtenteils asphaltierter Strecke entlang der Donaupromenade, durch Kurpark und Markt Bad Abbach (je eine Runde für Viertelmarathon/ Nordic Walking)

Siegerehrung Beginn ca. 12.30 Uhr (bei Start/Ziel)

Streckenservice Bei Km 4 & Km 8: Wasser
Start & Ziel: Wasser, Bananen, Äpfel
Kennzeichnung für jeden Kilometer.

2. LANDKREISLAUF-CUP

Für Erwachsene und Jugendliche gilt die Teilnahme am Viertelmarathon als Wertungslauf.

In der Schüler-Klasse wird der 3,5 km Hobbylauf gewertet.

FÜR ALLE LÄUFE am Sonntag

Start & Ziel TSV-Sportrestaurant, auf der Freizeitsinsel, Inselstrasse 1 (neben Inselbad)

Auszeichnungen Pokale für die Sieger W/M und Jugend W/M beim Halb- u. Viertelmarathonlauf

Auszeichnungen für die Altersklassensieger/innen im Halb- u. Viertelmarathon

Für die Siegerplätze 1-3 werden die Urkunden bei der Siegerehrung verteilt. Alle anderen Urkunden werden auf Wunsch ausgedruckt.

Umkleide & Duschen Im Sportheim auf der Freizeitsinsel möglich

Massagen Nach dem Lauf werden Massagen angeboten. Der Erlös ist als Spende für den „Motorik-Pfad“ an der Grundschule in Bad Abbach vorgesehen.

Mehr Bewegung für und durch die Abbacher

Unter diesem Motto fördert die Angrünerstiftung wieder die beiden Abbacher Schulen.

Für jeden gelaufenen Kilometer bei einem der 6 angebotenen Läufe erhalten

■ Schüler/innen: 3 Bewegungspunkte

■ Lehrer/innen: 9 Bewegungspunkte

■ Eltern, die mit Ihren Kindern mitlaufen: 4 Bewegungspunkte

Alle „erlaufenen“ Bewegungspunkte werden für die GS Bad Abbach mit 1 Euro je Punkt für einen neuen „Motorik-Pfad“ gesponsert.

Die Angrüner-Schule verwendet die Förderung für ein gesondertes Schulprojekt.

UND NACH DEM LAUF INS ...



Jeder Teilnehmer der Sonntagsläufe erhält eine **Tages-Freikarte** für einen Besuch im Inselbad gleich neben dem Vereinsheim.

Die Karte gilt für die Badesaison 2010 an einem beliebigen Tag.

Wir danken dem Markt Bad Abbach für die freundliche Unterstützung.