

Am 08. Dezember 2013 veranstaltet der VfL Lönigen seinen

38. Nikolaus – Crosslauf

VA.-Nr. 309 6206 03 13

- Ausrichter:** VfL Lönigen e.V. von 1903 – Leichtathletikabteilung
- Austragungsort:** Sportanlage an der Ringstraße, Lönigen Nord / an der B213
- Beginn:** 10:00 Uhr
- Streckenbeschreibung:** Die Strecke verläuft ausschließlich über Rasenflächen und kann mit Spikes belaufen werden. Hier werden im März 2014 die Deutschen Crosslauf-Meisterschaften ausgetragen.
- Wettbewerbe:** Für die verschiedenen Altersklassen werden Einzelwettbewerbe gemäß dem Zeitplan angeboten. In der U16-U10 erfolgt jeweils eine Jahrgangswertung.
- Meldungen an:** Armin Beyer
Tel. 05957 / 1815 Fax 05957 / 413
Email: beyer.lindern@ewetel.net
oder über das Cosa-Onlinemeldeportal
- Meldeschluss:** Mittwoch, den 04. Dezember 2013 (eingehend)
- Startgeld:** Erwachsene € 3,00 Jugendliche und Kinder € 2,00
- Auszeichnungen:** Urkunden für Platz 1 bis 8. Alle Teilnehmer erhalten einen Nikolaus.
- Umkleiden/ Duschen:** Umkleiden und Duschen sind vorhanden
- Wettkampfregelein:** Alle Wettkämpfe werden gemäß den IWR in ihrer jeweils gültigen Fassung durchgeführt.
- Haftung:** Der Veranstalter übernimmt keine Haftung bei Unfällen, Diebstahl oder sonstigen Schäden.
- Sonstiges:** Automatisch mit der Anmeldung stimmt jeder Teilnehmer zu, dass seine Daten (Name, Jahrgang, Verein, Leistung u.s.w.) in den Starterlisten und Ergebnislisten via Internet oder Tageszeitungen veröffentlicht werden.
- Speisen und Getränke werden wieder reichhaltig angeboten.
- Weitere Infos:** www.vflloenigen-leichtathletik.de

Wir wünschen allen Teilnehmern eine gute Anreise und viel Erfolg !

VfL Lönigen - Leichtathletikabteilung

Weitere Infos unter www.vflloenigen-leichtathletik.de

38. Nikolaus – Crosslauf

am 08. Dezember 2013 in Löningen

Wettbewerbe und Zeitplan:

Klasse	Jahrgänge	Strecke (ca.)	Startzeit
Frauen / Seniorinnen (mit AK-Wertung)	1993 und älter	8.800 m (6 rote Runden)	10:00
Männer / Senioren (mit AK-Wertung)	1993 und älter	8.800 m (6 rote Runden)	10:00
Kinder W09, W08	2004 u. jünger	830 m (1 grüne Runde)	10:45
Kinder M09, M08	2004 u. jünger	830 m (1 grüne Runde)	10:55
Kinder W11, W10	2002 / 2003	1.400 m (1 rote Runde)	11:05
Kinder M11, M10	2002 / 2003	1.400 m (1 rote Runde)	11:20
WJ U18	1996 / 1997	3.790 m (1 grüne + 2 rote Runden)	11:35
WJ U20	1994 / 1995	3.790 m (1 grüne + 2 rote Runden)	11:35
Frauen (ohne Altersklassenwertung)	1993 und älter	3.790 m (1 grüne + 2 rote Runden)	11:35
MJ U18	1996 / 1997	3.790 m (1 grüne + 2 rote Runden)	11:55
MJ U20	1994 / 1995	3.790 m (1 grüne + 2 rote Runden)	11:55
Männer (ohne Altersklassenwertung)	1992 und älter	3.790 m (1 grüne + 2 rote Runden)	11:55
W13, W12	2000 / 2001	2.310 m (1 grüne + 1 rote Runde)	12:15
M13, M12	2000 / 2001	2.310 m (1 grüne + 1 rote Runde)	12:15
W15, W14	1998 / 1999	2.310 m (1 grüne + 1 rote Runde)	12:30
M15, M14	1998 / 1999	2.310 m (1 grüne + 1 rote Runde)	12:30

Weitere Infos unter www.vflloeningen-leichtathletik.de