

Ausschreibung / Zeitplan

30. Citylauf Lingen - am Sonntag, 26. Mai 2019

Veranstalter: VfL Lingen e.V.

Ort: Innenstadt von Lingen, Start und Ziel auf dem Marktplatz

Wettbewerbe und Zeitplan:

- Lauf 1a** 13:00 Uhr – AOK Bambini-Lauf U8 (Mädchen) - ca. 400 m - ohne Zeitnahme!!
für Kinder bis 7 Jahre - Begleitung durch Eltern erwünscht !!
- Lauf 1b** 13:15 Uhr – AOK Bambini-Lauf U8 (Jungen) - ca. 400 m - ohne Zeitnahme!!
für Kinder bis 7 Jahre - Begleitung durch Eltern erwünscht !!
- Lauf 2** 13.30 Uhr – 1,1 km Weibliche Kinder U10 / Jahrgang 2011 (2 kl. Runden)
- Lauf 3** 13.40 Uhr – 1,1 km Weibliche Kinder U10 / Jahrgang 2010 (2 kl. Runden)
- Lauf 4** 13.50 Uhr – 1,1 km Männliche Kinder U10 / Jahrgang 2011 (2 kl. Runden)
- Lauf 5** 14.00 Uhr – 1,1 km Männliche Kinder U10 / Jahrgang 2010 (2 kl. Runden)
- Lauf 6** 14.10 Uhr – 1,1 km Weibliche Kinder U12 / Jahrgang 2009 (2 kl. Runden)
- Lauf 7** 14.20 Uhr – 1,1 km Weibliche Kinder U12 / Jahrgang 2008 (2 kl. Runden)
- Lauf 8** 14.30 Uhr – 1,1 km Männliche Kinder U12 / Jahrgang 2009 (2 kl. Runden)
- Lauf 9** 14.40 Uhr – 1,1 km Männliche Kinder U12 / Jahrgang 2008 (2 kl. Runden)
- Lauf 10** 15.00 Uhr – **5 km Walking/Nordic Walking** (4 mittlere Runden)
– ohne Altersbeschränkung
- Lauf 11** 15.10 Uhr – 2,5 km Weibliche Jugend U14 + Weibliche Jugend U16
Jahrgänge 2004 – 2007 (2 mittlere Runden)
- Lauf 12** 15.30 Uhr – 2,5 km Männliche Jugend U14 + Männliche Jugend U16
Jahrgänge 2004 – 2007 (2 mittlere Runden)
- Lauf 13** 16.00 Uhr – **5 km Volkslauf** (4 mittlere Runden)
DLV vermessener, flacher Rundkurs
weibliche + männliche Jugend U18+U20 (2000 - 2003)
Frauen (W20,W30,W35,...,W80+) / Jahrgänge 1999 und älter
Männer (M20,M30,M35...,M80+) / Jahrgänge 1999 und älter
- Lauf 14** 17.00 Uhr – **10 km Straßenlauf** (5,5 große Runden)
DLV vermessener, flacher Rundkurs
Weibliche männliche Jugend U18+U20 / Jahrgänge 2000 - 2003
Frauen (W20,W30,W35,...,W80+) / Jahrgänge 1999 und älter
Männer (M20,M30,M35,...,M80+) / Jahrgänge 1999 und älter
**(Mannschaftswertung nach Gesamteinlauf und AK,
3 Teilnehmer)**
- Lauf 15** 17.00 Uhr – **10 km Staffellauf** (5 Teilnehmer: 1 x 2,8 km und 4 x 1,8 km)
ohne Altersbeschränkungen, keine besonderen Vorgaben

Meldungen: **Internet:** unter www.citylauf-lingen.de

Startgeld: Kinder/Jugend (bis U20): frei bei Voranmeldung
5km/10km-Lauf (Erwachsene): 10,00 €
Walking: 8,00 €
Staffel: 12,00 €
Nachmeldegebühr: 3,00 € (auch Kinder)

Voranmeldungen: **bis Freitag, 24. Mai 2019 – 18.00 Uhr**

Nachmeldungen: Am Veranstaltungstag bis 45 Minuten vor dem Start

(Änderung des Zeitplanes und der Streckenführung behält sich der Veranstalter vor.)