



Eichi's
Laufladen
Kandel



50 Jahre Volkslauf in Rülzheim 1974 — 2024



Sonntag 01.09.2024

10 km / 5 km (Walking möglich)

21,1 km / 1000 m / 300 m



**Gerüstbau
Schmitt**

Inh. Christian Zeiss
Mobil: 0172 / 69 64 317
Haydnstr. 10 - Rülzheim
kontakt@geruestbau-schmitt.de



Liebe Läuferinnen und Läufer,

wir begrüßen Euch herzlich zu unserem Herbstlauf auf unseren herrlichen Waldstrecken. Bei eurem Start im Jubiläumsjahr 50 Jahre Volkslauf in Rülzheim wünschen wir Euch viel Erfolg.
Eure LG Rülzheim

Distanzen, Startzeiten und Gebühren

10 km	09:00 Uhr	9,00 €
5km (Walking möglich)	09:11 Uhr	7,00 €
21,1 km	09:19 Uhr	13,00 €
1000 m	10:15 Uhr	5,00 €
300 m	10:20 Uhr	2,50 €

Gebühren inkl. Verbandsabgaben zzgl. 1 € Becherpfand

Zielschluss: 12:00 Uhr

Klasseneinteilung

10 km MHK / WHK , 30 / 35 / ... / 75 / 80
eine Jugendklasse (Jahrgänge 05, 06, 07, 08)
eine Schülerklasse (Jahrgänge 09, 10, 11, 12)

5 km MHK / WHK (Jahrgänge 04 und älter)
Jugend U20 (Jg. 05, 06), U18 (Jg. 07, 08)
Schüler U16 (Jg. 09, 10), U14 (Jg. 11, 12),
U12 (Jg. 13, 14)

21,1 km MHK / WHK , 30 / 35 / ... / 75 / 80
eine Jugendklasse (Jahrgänge 05, 06, 07, 08)

1000 m Schüler U14 (Jg. 11, 12), U12 (Jg. 13, 14)
U10 (Jg. 15, 16), U8 (Jg. 17, 18)

300 m Jahrgang 2019, 2020, 2021 (ohne Zeitnahme)

Wir bitten um **Voranmeldung bis 31.08.2024, 12:00 Uhr**
unter www.lg-ruelzheim.de oder br-timing.de

Die Bezahlung erfolgt nach Anmeldung im Lastschriftverfahren. Bei Nichtteilnahme ist eine Erstattung des Startgeldes nicht möglich.

Nachmeldungen am Veranstaltungstag sind gegen eine Gebühr von 2€ möglich (300m - keine Nachmeldegebühr)

Anmelde QR-Code



<https://www.lgruelzheim.de>

Startnummernausgabe am 01.09.2024 ab 7:30 Uhr

Infos: 07272-6902 und www.lgruelzheim.de

Auszeichnungen

10 km / 5 km / 21,1 km

Urkunden und Preise in den ausgeschriebenen Klassen für Platz 1-3

1000 m Schülerlauf

Medaillen für alle Teilnehmer

Urkunden und Preise in den ausgeschriebenen Klassen für Platz 1-3

300 m Bambinilauf

Urkunden und Medaillen für alle Teilnehmer

Ergebnisse und Urkundendruck: unter www.lgruelzheim.de
oder br-timing.de

Veranstaltungsort: Eventarena Dampfnudel, Am See

76761 Rülzheim

S-Bahn Haltestelle Freizeitzentrum Rülzheim

Sonstige Hinweise zur Veranstaltung:

- Verlosung unter allen vorgemeldeten Teilnehmern (außer Bambinis)
- Sanitätsdienst: DRK
- Genügend Parkplätze direkt bei Start und Ziel
- Ebene Waldrundkurse
- Getränke und Obst im Ziel, Getränkestationen auf der Strecke
- Getränke- und Speiseangebot
- Umkleide und Duschen beim Campingplatz*

Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Schadensfälle aller Art. Teilnahme auf eigenes Risiko. Keine Haftung für Unfälle und Diebstähle. Der Veranstalter speichert und verarbeitet persönliche Daten und Bilder der Teilnehmer im Rahmen der Datenschutzerklärung der LG Rülzheim e.V. (einsehbar unter www.lgruelzheim.de und bei der Anmeldung vor Ort). Die Einwilligung erfolgt bei Meldung.