



Gemeindewerke
Südpfalz
Mit Energie für die Region.

Eichi's
Laufladen
Handel



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



Liebe Laufbegeisterte

am 9.6.2025 startet wieder unser Pfungstlauf.

Wir freuen uns auf zahlreiche Teilnahme.

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 06, 07, 08, 09) eine Schülerklasse (Jahrgänge 10, 11, 12, 13)
5 km	MHK / WHK (Jahrgänge 05 und älter) Jugend U20 (Jg. 06, 07), U18 (Jg. 08, 09) Schüler U16 (Jg. 10, 11), U14 (Jg. 12, 13), U12 (Jg. 14, 15)
21,1 km	MHK / WHK , 30 / 35 / ... / 75 / 80 eine Jugendklasse (Jahrgänge 06, 07, 08, 09)
1000 m	Schüler U14 (Jg. 12, 13), U12 (Jg. 14, 15) U10 (Jg. 16, 17), U8 (Jg. 18, 19)
300 m	Jahrgang 2020, 2021, 2022 (ohne Zeitnahme)

Wir bitten um **Voranmeldung bis 08.06.2025, 12:00 Uhr**
unter www.lg-ruelzheim.de oder br-timing.de

**Die Bezahlung erfolgt nach Anmeldung im Lastschrift-
verfahren.** Bei Nichtteilnahme ist eine Erstattung des Startgeldes nicht möglich.

Anmelde QR-Code



<https://www.lgruelzheim.de>

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

Startnummernausgabe am 09.06.2025 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.