



36. Auflage

10 Meilen

durch den Licher Wald

25. April 2020

Distanz	Klasse	Jahrgänge	Startzeit
10 Meilen	Hauptlauf	AK-Einteilung Mannschaftswertung	15:30 Uhr
4 Meilen	Einsteiger	keine AK-Wertung	15:30 Uhr
4 Meilen	Walker und Nordic-Walker	keine AK-Wertung	15:35 Uhr
1 Meile	Jugend	U14 (2007/08) U16 (2005/06)	14:15 Uhr
½ Meile	Schüler	U12 (2009/10)	14:30 Uhr
½ Meile	Schüler	U10 (2011/12)	14:45 Uhr
¼ Meile	Schüler	U8 (2013 und jünger)	15:00 Uhr

1 Meile = 1609 m

Veranstalter

ASC Licher Wald e.V.

www.asc-licher-wald.com

info@asc-licher-wald.com / 10meilen@asc-licher-wald.com

Strecke, Umkleiden und Duschen

Start und Ziel befinden sich am **Licher Waldschwimmbad**. 90 % des Kurses sind markierte Waldwege auf einer der schönsten Laufstrecken der Region.

Die Umkleiden und Duschen befinden sich in der Sporthalle der Dietrich-Bonhoeffer-Schule.

Meldung und Startgelder

Online-Anmeldung über www.asc-licher-wald.com oder bei race result direkt bis 23. April 2020, 24:00 Uhr.

Nachmeldungen und Abholung der Unterlagen am 25. April ab 13:30 Uhr in der Sporthalle der Dietrich-Bonhoeffer-Schule Lich, Kirchhofgasse.

Startgelder

	Bei Online-Anmeldung	Bei Nachmeldung
Hauptlauf	7,00 Euro	9,00 Euro
Einsteiger, Walker	5,00 Euro	7,00 Euro
Kinder, Jugend (- U16)	frei	2,00 Euro

Startnummernpfand für alle: 2,00 Euro

Auszeichnungen

10 Meilen, Einsteiger, Walker und Nordic-Walker

Sachpreise für Gesamtsieger/in und AK-Sieger/innen, Urkunden für die ersten drei Plätze jeder AK bzw. auf Wunsch.

Kinder- und Jugendläufe

Medaillen für die Laufschnellsten und Urkunden für alle Teilnehmer.

Einen Pokal erhält die teilnehmerstärkste Gruppe (Schule, Klasse, Verein) der Kinder- und Jugendläufe!

Nach den Läufen findet ab etwa 15:30 Uhr eine große Siegerehrung in der Sporthalle statt, für die Erwachsenenläufe ab ca. 18:00 Uhr.