

33. Quickborner 25 km-Lauf

Sonntag, 14. November 2010 Start 10.00 Uhr

- Streckenführung:** Vermessener 25 km-Rundkurs durch die City von Quickborn, Randgebiete von Bönningstedt, Hasloh, Norderstedt und Ellerau. Größtenteils auf asphaltierten Straßen. Die Strecke ist frei von Wendepunkten, Stufen und sonstigen Hindernissen und im Wesentlichen eben.
- Anmeldung/ Auskünfte:** Online unter www.quickbo-run.de oder an:
Edeltraut Kolibius, TuS Holstein Quickborn, Am Felde 32, 25479 Ellerau
eMail edeltraut.kolibius@quickbo-run.de
- Anmeldeschluss:** **04. November 2010**
Nach Meldeschluss sind Nachmeldungen nur noch am Veranstaltungstag möglich!
- Teilnahmegebühren:** EUR 9,- Voranmeldung / EUR 11,- Nachmeldung
Konto:
TuS Holstein Quickborn-Tria
Sparkasse Südholstein
BLZ 230 510 30, Konto 708 66 22
- Teilnahmebedingungen:** Es gelten die Regeln der „Deutschen Leichtathletik Ordnung“ (DLO) u. a. Mindestalter 16 Jahre. Die Veranstalter/Ausrichter behalten sich das Recht vor, bei Unwetter/Gewitter oder anderen unvorhersehbaren Gründen den Wettkampf zu unterbrechen oder abzusagen. Für Unfälle und abhanden gekommene Gegenstände jeder Art sowie Ereignisse durch höhere Gewalt haftet der Veranstalter nicht. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind damit einverstanden, dass ihre persönlichen Daten im Rahmen der organisatorischen Durchführung dieser Veranstaltung genutzt werden. Bei Nichtteilnahme / Disqualifikation wird das Startgeld nicht zurückgezahlt!
- Anreise:** Mit eigenem PKW über BAB A7 Abfahrt Quickborn oder über Bundesstraße B4 bis Quickborn. Mit HVV Linie A1 (AKN) bis Station Quickborn. Von dort ca. 600 m Fußweg zur Sporthalle.
- Ausgabe Startunterlagen:** **8.00 – 9.30 Uhr** im Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasium, Quickborn.
Der vom Veranstalter gestellte Leihchip ist am Handgelenk zu tragen!
- Aufwärmgymnastik:** Um **9.45 Uhr** findet im Startbereich die beliebte Aufwärmgymnastik statt.
- Start:** **10.00 Uhr Rathausplatz Quickborn**
ca. 600 m von der Startnummernausgabe entfernt.
Am Start besteht die Möglichkeit, Bekleidung abzugeben, die am Ziel in der Halle deponiert wird.
- Ziel:** **Sporthalle Ziegenweg**
- Zielschluss:** **13.30 Uhr**
- Siegerehrungen:** Ab 13.00 Uhr durchgehende Siegerehrung in folgender Reihenfolge:
1. Die drei schnellsten Frauen und Männer
2. AK-Wertung Männer
3. AK-Wertung Frauen
- Verpflegung:** **km 8 und km 15, km 21 und im Ziel.**
- Gesamtwertung:** Die drei schnellsten Frauen und Männer.
- Altersklassenwertung:** Die Wertung erfolgt nach den in der DLO üblichen Altersklassenunterteilungen, getrennt nach Frauen und Männer.
- Auszeichnungen und Preise:**
- Die Teilnehmenden, die das Ziel bis Zielschluss erreichen, erhalten eine Teilnahmeauszeichnung.
Bei Nachmeldung besteht kein Anrecht auf sofortige Ausgabe.
 - Die drei schnellsten Frauen und Männer erhalten Siegerepokale.
 - Zusätzlich Pokale oder sonstige Auszeichnungen für die ersten drei Frauen und Männer in den einzelnen Altersklassen.**
 - Auf Wunsch werden Urkunden und Ergebnislisten für jeweils EUR 2,- (zusammen EUR 3,-) nachgesandt, **können aber auch unter www.quickbo-run.de (Ergebnislisten) bzw. www.wetzstopp.de (Urkunden) kostenlos selbst abgerufen werden.**
 - Die größte teilnehmende Gruppe erhält einen Sonderpreis.
Sporthalle Ziegenweg. Taschenabgabe in der Halle möglich.
Bewachung durch den Veranstalter!
- Umkleide- und**
- Duschmöglichkeiten** Warmwasser im Rahmen der technischen Möglichkeiten!

Sponsoren:



Niendorfer Laufladen
Laufen ★ Triathlon ★ Walking

DAK

Unternehmen Leben