

Nachmeldung

Eine Nachmeldung ist nur am Wettkampftag bis max. 1 Std. vor dem Start möglich. Rechtzeitig erscheinen!

Startgebühren

Sifi Timing (inkl. elektr. Zeitmessung u. WLV Genehmigungsgebühr)

Einzelstart:	Schülerlauf: je 3,00 €	5 km-Lauf: je 6,00 €	10 km-Lauf: je 8,00 €
Serienstart:	Schülerlauf: 10,00 €	5 km-Lauf: 20,00 €	10 km-Lauf: 25,00 €
Nachmeldegebühr:	2,00 € pro Veranstaltung bzw. für Serienanmeldung nach dem 10.01.2010.		
In der Startgebühr für die Laufserie ist ein hochwertiges Finisher-T-Shirt enthalten.			

Klasseneinteilung

Schüler D	Jg. 2001 - 2002		
Schüler C	Jg. 99 - 2000		
Schüler B	Jg. 97 - 98	Jugend B	Jg. 93 - 94
Schüler A	Jg. 95 - 96	Jugend A	Jg. 91 - 92
Hauptklasse	Jg. 90 - 81		
M / W 30	Jg. 80 - 76		
M / W 35	Jg. 75 - 71		
M / W 40	Jg. 70 - 66	weitere Klasseneinteilung	
M / W 45	Jg. 65 - 61	in 5-Jahresschritten.	

Ergebnisse

Die kompletten Ergebnisse hängen ca. 15 Min. nach Zielankunft des letzten Starters bei der Startnummernausgabe aus. Außerdem können sie aktuell über das Internet unter www.sport.alb-gold.de abgerufen werden.

Mit freundlicher Unterstützung

LAUF MICH!

HERZFREQUENZ SALOMON
 ASICS BROOKS
 SAUCONY POLAR
 ADIDAS GORE

Nill
Das Wort für Sport

Reutlinger Str. 23 72147 Nehren
 Tel.: 07473/94280 www.ski-nill.de

Lauf mit - bleib fit!



Der ALB-GOLD Winterlauf-Cup 2010 ist eine Laufserie für jedermann mit insgesamt vier Läufen. Wir wollen allen Laufinteressierten, Hobbyläufern, Triathleten und Duathleten über die Wintermonate die Möglichkeit geben, ihre Leistung in regelmäßigem Abstand zu überprüfen und dadurch einen kleinen Anreiz für das Training zu geben.

Strecken

Bei allen Veranstaltungen werden drei unterschiedliche Strecken angeboten:

Schülerlauf +	1 km bis 2 km
Jugend & Erwachsene:	5 km
Jugend & Erwachsene:	10 km

Startzeiten

Für die Läufe 1 bis 3:

Schülerlauf +	14.00 Uhr
Jugend & Erwachsene:	14.30 Uhr

Für das Finale in Trochtelfingen:

Schülerlauf +	10.30 Uhr
Jugend & Erwachsene:	11.00 Uhr

Anmeldung

Anmeldungen bis 7 Tage vor den einzelnen Veranstaltungen online unter www.sifi-timing.de oder mit angehängtem Anmeldeformular per Post, Fax oder persönlich an:

Ski Nill, Reutlinger Str. 23, 72147 Nehren, Fax (07473)-94 28 28



Bitte in Großbuchstaben gut leserlich ausfüllen!

Name, Vorname _____

Straße _____

PLZ, Wohnort _____

Verein/Team _____

E-Mail _____ Jahrgang _____

Geschlecht männlich weiblich

T-Shirt XS S M L XL XXL

Serie nein ja

Serienmeldung möglich bis zum 2. Lauf am 30.01.10

Anmeldung zur Veranstaltung am _____

Strecke (bitte Zutreffendes ankreuzen)

Schülerlauf 5 km 10 km

Startgebühr: _____ €

Kontoinhaber _____

Bank _____

BLZ _____ Kontonummer _____

ERKLÄRUNG: Mit meiner Anmeldung erkläre ich den Besitz einer persönlichen Unfall- und Haftpflichtversicherung. Außerdem bestätige ich, dass ich gesund bin und Sport auf eigenes Risiko ausübe. Außerdem ermächtige ich hiermit den Veranstalter, den oben genannten Betrag vom oben genannten Konto einmalig einzuziehen.

Der Veranstalter lehnt jede Haftung gegenüber Teilnehmern, Zuschauern und Dritten ab. Ich bin damit einverstanden, dass die AOK meine o.g. Daten (bzw. o.g. Daten meiner Tochter/meines Sohnes) intern speichert und nutzt, um (z.B. telefonisch) über die Belange der Krankenversicherung und die Vorteile einer AOK-Mitgliedschaft informieren und beraten zu können. Falls Sie nicht einverstanden sind, streichen Sie bitte diesen Abschnitt durch!

Datum, Unterschrift (beim Minderjährigen Unterschrift des Erziehungsberechtigten) _____

Folgende Angaben sind freiwillig:

AOK-Versichert? ja nein

Wenn nicht, bei wem? _____

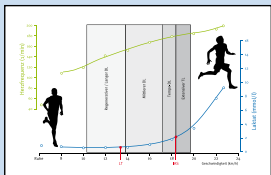
Wertungen

Tageswertung für die Top 3 (m/w) des Gesamteinlaufes bei den Schülern, 5 km- und 10 km-Lauf. Alle Teilnehmer des Schülerlaufes erhalten ein kleines Präsent. Es erfolgt eine **Serienwertung für die Schüler und den 10 km-Lauf!** Die Serienwertung erfolgt nach Platzziffern (**nur für vorangemeldete Serienteilnehmer**). Bei Gleichheit der Platzziffer zählt das bessere Ergebnis beim Finale in Trochtelfingen. Die **Siegerehrung für die Serienwertung** ist am 7. März in Trochtelfingen. Geehrt werden die Plätze 1-3 jeder Klasse. Preise werden nur an Anwesende ausgeben und nicht nachgesendet. **Urkunden** können über www.alb-gold.de ausgedruckt werden.

Eine Serienwertung findet nur für den Schüler- und den 10 km-Lauf statt – nicht für den 5 km Lauf!!!

ALB-GOLD Winterlauf Symposium

Am 26.01.2010 um 20 Uhr im Hörsaal der Sportmedizin Tübingen. Erleben sie zum Thema „**Sportmedizinische Diagnostik im Ausdauersport**“ eine Liveübertragung eines Laufbandtests und erfahren Sie in Referaten, was Ihr Körper im Stande ist zu leisten und welche Vorbeugemaßnahmen gegen Verletzung Sie treffen können.



Die Teilnahme an den Vorträgen ist natürlich kostenlos.



1. Lauf 16. Januar 2010

Ausrichter: TSG Reutlingen /
Abt. Schneesport und Triathlon
Start/ Ziel: Stadion Kreuzeiche Reutlingen
Kontakt: Matthias Klumpp
Tel. (07124) 92 91 -113
E-Mail: m.klumpp@alb-gold.de
www.tsg-reutlingen.de
Abt. Schnee&Tria



3. Lauf 13. Februar 2010

Ausrichter: IGL Reutlingen
Start/ Ziel: Stadion Kreuzeiche Reutlingen
Kontakt: Uwe Weber
Tel. (07121) 21 01 08
E-Mail: uweweber132@web.de
www.igl-reutlingen.de



2. Lauf 30. Januar 2010

Ausrichter: LAC Pliezhausen+TSV Altenburg
Start/ Ziel: Ortsmitte Rübgarten/ Sporthalle
Kontakt: Hartmut Wallmann
Tel. (07127) 88 93 90
E-Mail: hartmut.wallmann@web.de
oder Hans-Walter Backes
Tel. (07121) 67 09 15
E-Mail: info@tsv-altenburg.de
www.lac-pliezhausen.de oder
www.tsv-altenburg.de



Finale 07. März 2010

Ausrichter: TSV Trochtelfingen/
Abt. Leichtathletik
Start/ Ziel: ALB-GOLD Kundenzentrum
Kontakt: Kuno Schmid
Tel. (07124) 649
E-Mail: lothar.ott@lpdtue.bwl.de

Infos und Online-Anmeldung: www.alb-gold.de

