

# Jubiläumslauf

am westfälischen Meer



LAUFGRUPPE DEIRINGSEN  
präsentiert:

Absolutes Laufen am Limit oder einfach nur genießen beim:

## 30. Möhnensee - Pokal - Lauf

Samstag · 23. Juni 2018 · Möhnensee-Günne



- **13.30 Uhr**     **30 km „Intersport-Lobenstein-Lauf“**  
*DLV AK ab W/M*     **sehr anspruchsvoller Landschaftslauf**  
*mit Trailpassagen = 620 HM – Mehr geht nicht!*
- **13.45 Uhr**     **1 km-Kinder- und Schülerlauf**  
*U8 - U14*     *Schnupperlauf für die Altersklassen U8-U14*
- **14.00 Uhr**     **2 km Schülerlauf**  
*U8 - U16*     *Schnupperlauf für die Altersklassen U8-U16*
- **14.15 Uhr**     **5 km „Rewe-Buschkühe-Lauf“**  
*DLV AK*     *Für den Kenner*
- **15.00 Uhr**     **15 km „Sparda-Bank-Lauf“**  
*AK W/M ab U18*     *Für den Kenner mit 310 HM, Achtung Trailpassagen*

**zusätzliche Sonderwertung:  
Möhnensee-Gemeinde-Meisterschaft**



**Geldprämie**  
für einen neuen  
Streckenrekord  
über 15 km

diese Zeiten  
sind zu toppen:  
**Männer 50:41 min;**  
**Frauen 61:03 min**

➔ **Start und Ziel:** Heinrich-Lübke-Haus in 59519 Möhnensee-Günne

# Organisatorisches:

## Auszeichnungen:

**15 + 30 km:** Die ersten Fünf im Gesamteinlauf erhalten einen **Geld- und Sachpreis** sowie einen **Pokal** für die Gesamtsieger;

**5 km-Lauf:** Die ersten Fünf im Gesamteinlauf erhalten einen **Pokal** sowie einen **Sachpreis**.

**Zusätzliche Sonderwertung für den 5 km-Lauf: Möhnesee-Gemeinde-Meisterschaft.**

Die ersten fünf Sieger Männer und Frauen, **Pokale** für die drei größten Gruppen.

**1 und 2 km-Kinder - u. Schülerlauf:** Die ersten Fünf im Gesamteinlauf erhalten einen **Pokal**. AK-Wertung für alle Läufe nach DLV-AK-Wertung; Jeder Starter erhält eine Urkunde. Es gibt viele Sachpreise.

**Sonstige Hinweise:** Der Start erfolgt auf eigenes Risiko und eigene Verantwortung. Den 15 km + 30 km-Lauf sollten nur gut trainierte und erfahrene Läufer in Angriff nehmen, da 310/620 Höhenmeter. Für alle Läufer ist das Hallenbad freigegeben. Es gibt eine gut bestückte Cafeteria.

**Startgeld:** 5 km-Lauf = 8,00 Euro, 15 km-Lauf = 9,00 Euro, 30 km Lauf = 10,00 Euro, 1 und 2 km Kinder-/Schülerlauf = 5,00 Euro

**Nachmeldung:** keine weiteren Gebühren · **Zahlungsweg:** bei Abholung der Startnummern

**ACHTUNG NEU + + + Zeitmessung:** Zeitmessung über Chip in der Startnummer. Leihgebühr = 2,00 Euro (Rückerstattung bei Abgabe der Startnummer)

**Anreise:** von Dortmund A44, = 1. Abfahrt Soest Richtung Möhnesee-Günne, von Kassel = 2. Abfahrt rechts Richtung Möhnesee dann auf Günne fahren. Der Lauf wird ausgeschildert. Weitere Infos unter [www.lg-deiringsen.de](http://www.lg-deiringsen.de)

**Anmeldung:** Dieter Schenzer · Alte Dorfstraße 49 · 59494 Soest-Deiringsen  
Tel. 0 29 21 / 6 27 69 · [schenzer@lg-deiringsen.de](mailto:schenzer@lg-deiringsen.de)

Läufer-Test für  
Möhnesee-Pokal-Lauf  
empfohlen für gute:

Strecke,  
Organisation,  
Erlebnis  
**sehr gut**

Höhenprofil 15 km-Lauf:  
**310 Höhenmeter**

Höhenprofil 30 km-Lauf:  
**620 Höhenmeter**



Wir wünschen allen Läuferinnen und Läufern  
viel Erfolg und einen guten Lauf!



wie immer genehmigt vom DLV/FLVW u. Ruhrverband, unterstützt von unseren Sponsoren/Partnern:



Speicherung, Nutzung, Veröffentlichung und Weitergabe veranstaltungsbezogener Teilnehmer-Daten: Mit der Anmeldung an dieser Veranstaltung willigt der Teilnehmer in die Speicherung und Nutzung seiner personen-bezogenen Daten gem. §§4a, 28 BundesdatenschutzG, ein.

Der schönste Lauf im Postkarten-Idyll und Läuferparadies!