



## 63. Hambacher Herbstwaldlauf

**Veranstalter: DJK „Löwe“ Hambach e.V.**  
**Termin: Sonntag, den 23. Oktober 2022**

<b>Zeitplan</b>	<b>Wettbewerb</b>	<b>Altersklassen</b>
09:55 Uhr	<b>Volkslauf über 250 m</b>	Bambini W/M 4/5
10:00 Uhr	<b>Volkslauf über 1,87 km</b>	weibliche/männliche Jugend U14, weibliche/männliche Kinder U12, U10, U8
10:05 Uhr	<b>Walking und Nordic-Walking über 7,06 km</b>	alle Altersklassen
10:20 Uhr	<b>Volkslauf über 960 m</b>	weibliche/männliche Kinder U12, U10 und U8
10:30 Uhr	<b>Volkslauf über 3,6 km</b>	alle Altersklassen außer weibliche/männliche Kinder U8
11:00 Uhr	<b>Volkslauf über 7,06 km, 14,14 km, 21,22 km und 28,3 km (Hauptlauf)</b>	Frauen, Männer, Senioren/innen W/M30-W/M85, Junioren/-innen U23, weibliche/männliche Jugend U20; weibliche/männliche Jugend U18, U16 nur 7,06 km, U18 nur bis 21,22 km

Die Strecke des Hauptlaufs erstreckt sich, je nach Distanz, über ein bis vier Runden à ca. 7 km. Die Läufer/die Läuferinnen entscheidet während des Wettkampfes welche Streckenlänge sie laufen möchten. Jeder kann selbst entscheiden, ob er eine (7,06 km), zwei (14,14 km), drei (21,37 km) oder vier Runden (28,5 km) laufen möchte. Im Zielbereich fällt die Entscheidung. Wenn sie sich entscheiden auf der linken Seite ins Ziel einzulaufen, ist für sie der Wettkampf beendet. Auf der rechten Seite können sie noch eine weitere Runde in Angriff nehmen. Die letzte Runde kann nur von Läufern absolviert werden, die die 3. Runde in max. 2 Std. 15 min bewältigt haben.

Die ersten drei Läufer/innen je AK in allen Wettbewerben erhalten eine Urkunde mit Platz- und Zeitangabe. Die Bambini W/M 4/5 erhalten alle eine Medaille. Weitere Urkunden werden auf Anfrage ausgegeben, Onlineurkundendruck ist möglich.

Die Datenschutzbestimmungen die auf unserer Internetseite (Internetadresse siehe unter Anmeldungen) veröffentlicht sind, werden durch die Zahlung der Startgebühr akzeptiert.

<b>Meldeschluss</b>	<b>Donnerstag, den 20. Oktober 2022</b>
Anmeldungen	eMail: kontakt@djk-loewe-hambach.de Internet: www.djk-loewe-hambach.de
Auskünfte	Holger Großek, Herzogstr. 97, 52382 Niederzier, Tel. 02428/5955
Nachmeldung	Bis eine Stunde vor Wettkampfbeginn gegen eine zusätzliche Gebühr von 2,00 €
Startgebühren	Erwachsene 6,00 € Jugendl. und Schüler 3,00 € Bambini kein Startgeld
Haftung	Für den Veranstalter besteht Versicherungsschutz für Sporthaftpflicht im Rahmen des Sporthilfe-Versicherungsvertrages NRW. Für Diebstähle wird keine Haftung übernommen. Änderungen im Ablauf der Veranstaltung, insbesondere organisatorischer oder witterungsbedingter Art, behält sich der Veranstalter vor.
Laufstrecke	Die Laufstrecke führt nur durch den Wald über feste Wald- und Kieswege. Die Strecke ist eben. Start und Ziel befinden sich an der Sophienhöhe auf dem Parkplatz Sophienhöhe.
Anfahrt	Über Niederzier-Hambach Richtung Parkplatz Sophienhöhe (ehemals Café Sophienhöhe), Lotsenstelle 45.