

- **Anmeldung unter** www.lange-bahn-lauf.de
- **mit Rechnung/Überweisung** bis Sonntag, 24.03.2019
- **mit SEPA-Lastschriftverfahren** bis Sonntag, 31.03.2019
- **Bei Nichtantritt** wird die Melde-/Chipgebühr nicht zurückerstattet.
- **Nachmeldung** am Veranstaltungstag nur per Barzahlung möglich.

Zeitnahme

- Die Zeitnahme erfolgt mit eigenem Champion-Chip oder Leih-Chip.
- Der Chip ist am Schuh oder Fußgelenk zu tragen!

Startunterlagen

- Ausgabe am Veranstaltungstag ab 8.00 Uhr in der Mehrzweckhalle des Schießsportzentrums

Strecke

- Laufstrecke und Höhenprofil unter www.lange-bahn-lauf.de

Teilnehmerversorgung

- Zielversorgung mit Getränken, Obst, Schokolade
- Lange-Bahn-Lauf mit zusätzlichen Verpflegungsstationen

Siegerehrungen

- im Anschluss an die Läufe ab 12.30 Uhr

Weitere Leistungen

- kostenfreie Parkplätze im Gelände des Schießsportzentrums
- Umkleide- und Duschmöglichkeit in der Mehrzweckhalle
- Gepäckabgabe/-beaufsichtigung während des Laufes
- medizinische Absicherung
- Urkundendruck und Ergebnisliste online
- Hüpfburg und Spielmobile
- Tombola mit hochwertigen Gewinnen
- Kaffee- und Kuchenbuffet durch den Verein
- Imbiss-Versorgung in der Kantine des Schießsportzentrums

Haftung

- Für Schäden jeglicher Art übernimmt der Veranstalter keine Haftung.

Sonstige Hinweise

- Es sind die Bestimmungen der Ausschreibung zu beachten, die unter www.lange-bahn-lauf.de veröffentlicht sind.
- Anfahrt über Hubertusstraße 6 (über Autohaus BMW, s. Skizze)

Unterkünfte

- Sportpension Suhl „Am Friedberg“, Schützenstraße 6 (im SSZ)
www.thueringen.info/sportpension-suhl
- Business-Vital-Hotel, Mittelbergstraße 1, Suhl
www.business-vital-hotel.de
- Buchungen unter dem Stichwort „Lange-Bahn-Lauf“



© opus 2019 | © Kartografie Marcus Witter



7.4.19

Der Klassiker vor dem Rennsteiglauf

Strecken 10 km / 21,1 km / 10 km Nordic Walking /
Beweg-Dich-Lauf für Einsteiger, Familien, Firmen und
Vereine / Schüler- und Bambiniläufe

Start und Ziel im Schießsportzentrum, Suhl-Friedberg

Start ab 10.00 Uhr

Veranstalter GutsMuths-Rennsteiglaufverein e.V. LG Süd
Schirmherr Oberbürgermeister André Knapp

Programm Hüpfburg und Spielmobile
für die Kleinen, Tombola für die Großen



		
		
		
		
Wir danken allen Förderern des Laufes für ihre Unterstützung.		
		

Der Klassiker vor dem Rennsteiglauf!

Lauf zur Bergbaude Lange Bahn - für Freizeitläufer bis zum leistungsorientierten Volkssportläufer, Nordic Walking

Start: 10.00 Uhr

- 21,1 km Hauptlauf zur Bergbaude Lange Bahn um den Wanderpokal des Oberbürgermeisters
- 10 km Volkslauf zur Altendambacher Höhe
- 10 km Nordic Walking zur Altendambacher Höhe
- Siegerpokale, Urkunden und Sachpreise für Platz 1 bis 6 in der Gesamtwertung
- kleine Sachpreise für die Altersklassensieger und Urkunden für die Platzierten
- Das teilnehmerstärkste Team gewinnt traditionell ein 30-Liter-Bierfass.
- 21,1 km Hauptlauf: 15,- € (Nachmeldung 25,- €)
- 10 km Volkslauf: 10,- € (Nachmeldung 17,- €)
- 10 km Nordic Walking: 10,- € (Nachmeldung 17,- €)
- Leihchipgebühr (bei Bedarf): 3,- €

Sport hält fit - lauf mit!

Rundenlauf im Gelände des Schießsportzentrums - für die eigene Gesundheit und einen guten Zweck, für alle Einsteiger, Firmenteams, Vereine und Läufergruppen, die Freude an der Bewegung haben

Start: 11.00 Uhr

- Der 1,4 km Rundkurs soll von den Teilnehmern - je nach Leistungsvermögen - mehrfach gelaufen werden, für den Beginn der letzten Runde ist das Zeitlimit 30 Minuten nach dem Start
- Zeiterfassung und Rundenzählung
 - Welches Team läuft die meisten Runden?
 - Die Mannschaften mit den meisten gelaufenen Runden werden prämiert.
 - Der Veranstalter spendet pro gelaufene Runde für das Projekt „Sportklasse“ des Suhler Sportbundes.
 - Startgebühr 10,- €
 - Leihchipgebühr (bei Bedarf): 3,- €
 - Bitte Meldeschluss beachten, keine Nachmeldung möglich!

Die Meister von morgen!

Rundenläufe im Gelände des Schießsportzentrums - für unsere Nachwuchsläufer im Wettstreit um gute Platzierungen und für die Kleinsten mit Spaß am Laufen

Start: 10.05 - 10.45 Uhr

- 1,4 km (1 Runde) Kinder U8 und U10
- 2,8 km (2 Runden) Kinder U12, Jugend U14 und U16
- 0,4 km Bambinilauf Kinder U8
- Teilnehmermedaille für alle beim Zieleinlauf
- Schülerläufe
 - Siegerpokale für die Altersklassensieger
 - Urkunden und kleine Preise für Platz 1 bis 6
- Bambinilauf
 - kleine Preise beim Zieleinlauf
- Schülerläufe: 3,- € (keine Leihchipgebühr)
- Bitte Meldeschluss beachten, keine Nachmeldung möglich!
- Bambinilauf: keine Startgebühr
- Anmeldung am Veranstaltungstag

