



Schneller Zehner 2024

28. Schneller Zehner

5 km und 10 km Volks- und Straßenlauf



Am Sonntag den
24.03.2024 ab 09:30 Uhr
in 63517 Rodenbach
Start und Ziel: Am Waldstadion

www.tgs-niederrodenbach.de

INFORMATION

Auch in diesem Jahr laden wir – die TGS 1891 Niederrodenbach e. V. – ganz herzlich zum beliebten 28. SCHNELLEN ZEHNER ein.

Auf flacher, schneller, teils asphaltierter Strecke geht es durch den Niederrodenbacher Wald.

Beide Strecken – 5 und 10 KM - sind gut gekennzeichnet. Die Strecken wurden nach den DLV/ IAAF-Regeln vermessen. Die Vermessungsprotokolle liegen vor. Die Strecken ist somit bestenlistenfähig.

Die Veranstaltung ist vom DLV als gemischter Volks- und Straßenlauf nach den Internationalen Wettkampfbestimmungen genehmigt und findet unter der Aufsicht des HLV statt.

Teilnehmer sollen nur antreten, wenn es ihr Gesundheits- und Trainingszustand erlaubt. Sie sind mit der Veröffentlichung der Ergebnisse einverstanden.



ANREISE

TGS 1891 Niederrodenbach e. V., Am Waldstadion 1, 63517 Niederrodenbach



START UND ZIEL

Nähe Waldstadion Niederrodenbach am Waldrand.

Der Straßen- und Volkslauf findet am 24.03.2024 ab 9:30 Uhr statt.



ANMELDUNG

Die Meldung zum jeweiligen Lauf ist möglich bis zum 18.03.2024.

Online-Anmeldung unter <http://www.tgs-niederrodenbach.de/>

Nachmeldungen sind bis 30 Minuten vor dem Start vor Ort möglich.



STARTZEITEN, STARTGEBÜHR

Die Startnummernausgabe erfolgt ab 8:00 Uhr in der Bulauhalle am Waldstadion.

Der Start des 10 KM-Laufs ist um 9:30 Uhr, der des 5 KM-Laufs um 9:50 Uhr, jeweils neben dem Waldstadion.

Die Startgebühr für den 10 KM-Lauf beträgt EUR 12,00 für Frauen und Männer, EUR 8,00 für Jugendliche und Schüler.

Die Startgebühr für den 5 KM-Lauf beträgt EUR 8,00 für alle Läufer/innen.

Eine Zusatzgebühr von EUR 3,00 wird bei Nachmeldung am 24.03.2024 erhoben.



ZEITNAHME

Die Netto-Zeitmessung erfolgt mit Transponder in der Startnummer.

Die Klassenwertung unterliegt den Vorgaben der DLO (Frauen/ Männer 5-Jahreswertung, männl./ weibl., Jugend U20/U18/U16).

Energie sparen!

Förderfähige Fenster für die Gebäudesanierung.

Eigene Fertigung
und
Montage-Service



**Harth &
Schneider**

Raiffeisenstraße 7 · 63579 Freigericht-Somborn
Tel. (0 60 55) 9 13 70 · www.harth-schneider.de