



AUSSCHREIBUNG 1. Dickelsbach-Marathon

Datum: Sonntag, 16.07.2017 | Start 7:00 Uhr | Treffpunkt: Tiefenbroicher Str. 36 in 40885 Ratingen

Organisation: Sven Ziegler & Gina Pflug | Kontakt: Gina Pflug, Tel. 0152/33517135

Anmeldung per E-Mail: ginapflug@icloud.com

Am Sonntag, den 16.07.2017 findet der 1. Dickelsbach-Marathon in Ratingen-Lintorf statt. Gestartet wird um 7 Uhr in der [Tiefenbroicher Str. 36 in 40885 Ratingen](#). Wir treffen uns spätestens 15 Minuten vor dem Start. Parken ist im Wohngebiet möglich.

Die Strecke ist ein flacher Rundkurs mit 5,4 km am schönen Ratinger Dickelsbach entlang. Die Hälfte der Strecke ist Asphalt und die andere Hälfte Waldweg. Die erste Runde sollten wir zur Orientierung zusammen laufen. Für Marathon müssen 8 Runden gelaufen werden (43,2 Km). Wer weniger oder mehr laufen möchte, kann dies gerne tun. Nach jeder Runde gibt es Verpflegung vor der Garage. Die gelaufenen Runden werden auf einem ausliegenden Zettel per Strichliste notiert. Das Zeitlimit beträgt 7 Stunden plus Tolleranz.

Jeder Teilnehmer bekommt eine Sofort-Urkunde mit gelaufener Strecke und Zeit. Die Ergebnisliste werden nach dem Lauf auf der Webseite www.spassamlaufen.de veröffentlicht. Für die Erfassung der Laufzeit wird eine Stoppuhr ausgelegt. Jeder Teilnehmer sollte sicherheitshalber eine eigene Uhr mitnehmen. Vor dem Start erklärt jeder Teilnehmer mit seiner Unterschrift einen Haftungsausschluss.

Da es sich um einen Lauf unter Freunden handelt, ist der Start kostenlos. Wer sich trotzdem an den Unkosten beteiligen möchte, tut dies bitte mit einer Beteiligung von 5 Euro.

Unter 0152/33517135 und ginapflug@icloud.com sind wir für eure Anmeldungen zu erreichen.

Wir freuen uns auf eure Teilnahme!

Sven Ziegler & Gina Pflug

Tiefenbroicher Str. 36

40885 Ratingen