

Fleckenberg

18. September 2016



29. Herbstlauf und 19. Wandertag



LAC
VELTINS Hochsauerland

V Volksbank
Sauerland eG

VOLKSBANK SAUERLAND LAUF CUP



19. SGV-Wandertag

Start: Almert bei Oberkirchen
Anfahrt mit Pendelbus vom Sportplatz
Fleckenberg von 8.30 Uhr bis 11 Uhr

Ziel: Sportplatz Fleckenberg

Streckenlänge: ca. 15 km

Streckenlänge: ca. 5 Stunden

Streckenbeschreibung:

Von der Almert bis zum Schanzer Handweiser – Grafschafter Handweiser – Richtung Kloster Grafschaft – am Mühlenteich vorbei über den Skulpturenweg in Richtung Schmallenberger Handweiser – Verpflegungsstation – Handweiserhütte – Hahneborn – Willmes Höhe – Sportplatz Fleckenberg

Startgebühren: Erwachsene: 3,50 €, Kinder/Jugendliche: 2 €, Familie: 7 €

An der Verpflegungsstation werden Speisen und Getränke angeboten.

Jeder Teilnehmer erhält eine Urkunde.



**Volksbank
Bigge-Lenne eG**

29. Herbstlauf

Start und Ziel: Sportplatz Fleckenberg

Beginn: 10.00 Uhr

Streckenbeschreibung: Das Start- und Zielgelände befindet sich auf dem Sportplatz Richtung Latrop. Alle Rennen werden auf einem Rundkurs ausgetragen. Spikes können nicht benutzt werden.

Auszeichnungen: Jede/r Teilnehmer/in des Herbstlaufes erhält eine **Urkunde**. Der/Die Zeitschnellste über die einzelnen Strecken erhält einen **Pokal**.

50 € Prämie bei neuem Streckenrekord über 15 km (m/w)

Startgebühren: Schüler/innen/Jugend 3,- €, Männer/Frauen 6,- €.

Meldungen: Bis zum 16. September 2016 über:

<http://my5.raceresult.com/54961/registration?lang=de> oder an:

Martin Stöwer, Tel.: 02972 / 1390, E-Mail: martin.stoewer@t-online.de

Inform./Ergebn.: www.vflfleckenberg.de

www.lac-veltins-hochsauerland.de

Nachmeldungen: Möglich bis 30 Minuten vor dem Start.

Duschen/Umkleiden: Vereinshaus am Sportplatz Fleckenberg

Zeitplan

10.00 Uhr	1. Männer M 20 - Senioren		ca. 15 km
10.00 Uhr	2. Frauen W 20 - Seniorinnen		ca. 15 km
10.05 Uhr	3. Bambini	10 u. jüng.	630 m
10.10 Uhr	4. Kinder (weibl.) U 10 u. U8	07 – 10	1.200 m
10.20 Uhr	5. Kinder (männl.) U 10 u. U8	07 – 10	1.200 m
10.30 Uhr	6. Kinder (weibl.) U 12	05/06	1.600 m
10.40 Uhr	7. Kinder (männl.) U 12	05/06	1.600 m
10.50 Uhr	8. Kinder (weibl.) U 14	03/04	1.600 m
11.00 Uhr	9. Kinder (männl.) U 14	03/04	1.600 m
11.10 Uhr	10. Weibl. Jugend U 16	01/02	2.000 m
11.10 Uhr	11. Männl. Jugend U 16	01/02	2.000 m
11.20 Uhr	12. Weibl. Jugend U 18	99+00	4.000 m
11.20 Uhr	13. Weibl. Jugend U 20	97+98	4.000 m
11.20 Uhr	14. Männl. Jugend U 18	99+00	4.000 m
11.20 Uhr	15. Männl. Jugend U 20	97+98	4.000 m
11.20 Uhr	16. Jedermannlauf	m/w	4.000 m

Wertungslauf des Volksbank Sauerland Lauf Cup 2016



Stadtparkasse
Schmallenberg

— BETTEN —
HENNECKE

SCHLAFEN, WOHLFÜHLEN UND MEHR

Jagdhauser Straße 1 · 57392 Fleckenberg
Tel.: 02972 - 5720 · www.betten-hennecke.de



Hans-Joachim Sprenger

BÄCKEREI

KONDITOREI

Latroper Straße 2
Schmallenberg-Fleckenberg
Tel.: 02972/6095



**Schäfers
druck**

Hünegräben 10
57392 Schmallenberg
Tel.: (02972) 961068
www.schaefers-druck.de