



*Vereint
bewegen*

Halbmarathon

Rund um den Kellerskopf | #56

TuS Rambach lädt ein:

27.09.15 | Start ab 9:30
Sportplatz Rambach

- **Hauptlauf über 21 km (5-11-5 km)**
als Einzel- oder Teamlauf!
- **10 km Lauf**
- **Schnupperlauf über 5 km**
- **Jugend-, Schüler- und Kinderläufe**
5 | 2,6 | 1,3 | 0,8 | 0,4 km
- **Kaffee, Kuchen und Herzhaftes**

Wir freuen uns auf Sie!

www.tus-rambach.de
laufftreff@tus-rambach.de

Liebe Läuferinnen, liebe Läufer,

der TuS Rambach lädt auch in diesem Jahr ganz herzlich zum Waldlauf „**Rund um den Kellerskopf**“ ein. Neben der gut eingeführten **Halbmarathonstrecke** über 21 km, bei der wir den Kellerskopf umrunden, sowie dem **Schnupperlauf** über 5 km bieten wir wie gewohnt die **Kinderläufe** über 0,4 bis 2,6 km und eine **10 km** Strecke an.

Start und Ziel aller Rambacher Läufe befinden sich wie gewohnt auf dem Sportplatz. Die **21 km** des Halbmarathons verteilen sich auf **3 Runden** (ca. 5-11-5 km). Sie bieten Einzelstartern, aber auch Teams von 2 oder 3 Läufer/Innen – die sich die Strecke aufteilen – die Gelegenheit, sich sportlich zu messen. So möchten wir möglichst vielen Teilnehmern ermöglichen, sich der Herausforderung dieser landschaftlich reizvollen, wenngleich auch anspruchsvollen Distanz zu stellen.

Wichtig: Beachten Sie die bitte den **Meldeschluss** – alle Meldungen ohne **Überweisung bis zum 23.09.** gelten als Nachmeldung und es wird ein Aufschlag von 2,- € auf das normale Startgeld erhoben. Halten Sie bei der Startnummernabholung bitte ihren **Überweisungsbeleg** bereit.

Wegen der **begrenzten Parkmöglichkeiten** am Sportplatz in Rambach bitten wir rechtzeitig anzureisen. Planen sie bitte ca. 15 Minuten Fussweg von den ausgeschilderten Ausweichparkplätzen ein. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme sowie auf Ihr Begleit-Team. Auch für das kulinarische Rahmenprogramm ist bestens gesorgt.

Mit sportlichen Grüßen

Rüdiger Streck, Abteilungsleiter Wintersport



Veranstalter: TuS Wiesbaden-Rambach, Abteilung Wintersport

Termin/Start: Sonntag, **27.09.2015 – 9.30 Uhr** auf dem Sportplatz in Wiesbaden-Rambach

Meldungen: unter www.tus-rambach.de dem Link Anmeldung RUK 2014 folgen.

Achtung: Die Meldung wird nur mit der Überweisung des Startgeldes zum Meldeschluss-Termin gültig.

Startgeld:

bei Überweisung
bis 24.09.2014

Damen und Herren-Läufe

Einzel = **10,- €** 2er-Team = **15,- €** 3er-Team = **20,- €**

Jugend-, Schüler- und Kinderläufe

je Läufer = **6,- €**

Meldeschluss:

Mittwoch, 23.09.2015 (Schluss der Online-Meldung 20:00 Uhr)

Nachmeldungen:

am Sonntag früh **nur von 8:00 bis 30 min vor jedem Lauf;**

alle Meldungen ohne Zahlungseingang zum 25.09. gelten als Nachmeldung **Aufschlag pro Läufer/Team = 2,- €**

Strecken:

Die Strecken führen überwiegend über befestigte Waldwege. Auf der 11 km Kellerskopfrunde gibt es u. a. einen Anstieg, bei dem über ca. 2 km eine Höhendifferenz von 120 m zu überwinden ist (weitere Strecken-Infos unter genanntem Link).

Mindestalter:

5 km JG 2003 u. älter | 11 km JG 1999 u. älter | 21 km JG 1997 u. älter

Laufangebot:

Halbmarathon Damen/Herren aller AK* & Teams...	21 km (5/11/5 km)	10/15/20,- €
10.000 m Lauf	10 km (2 x 5 km Runde)	10,- €
Jugend J 16/J 17 und Schnupperlauf	5 km (1 x 5 km Runde)	6,- €
Schüler und Schülerinnen S 14 und S 15	2,6 km (2 x 1,3 km)	6,- €
Schüler und Schülerinnen S 11 bis S 13	1,3 km (1 x 1,3 km)	6,- €
Schüler und Schülerinnen S 8 bis S 10	0,8 km (2 x 0,4 km)	6,- €
Bambinis S 5 bis S 7	0,4 km (1 x 0,4 km)	6,- €

*AK = Altersklasse

Die Startzeiten der einzelnen Läufe werden in Kürze unter www.tus-rambach.de bekanntgegeben.

Klasseneinteilung:

(Für Teams über die 21 km und im Schnupperlauf gibt es keine getrennte Altersklassenwertung).

Klasse	Jahrgang	Klasse	Jahrgang	Klasse	Jahrgang
S 5–S 7	2010/2009/2008	S 14	2001	D/H 36	1979–1975
S 8	2007	S 15	2000	D/H 41	1974–1970
S 9	2006	J 16	1999	D/H 46	1969–1965
S 10	2005	J 17	1998/1997	D/H 51	1964–1960
S 11	2004	Jun. 19	1996/1995	D/H 56	1959–1955
S 12	2003	D/H 21	1994–1985	D/H 61	1954–1950
S 13	2002	D/H 31	1984–1980	D/H 66	1949 und älter

Haftung: Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung bei Unfällen oder Schäden an Teilnehmern oder Begleitern. Auf die Versicherungspflicht wird hingewiesen. Starten sollte nur, wer medizinisch gesund ist und einen ausreichenden Trainingszustand besitzt.