



Einladung und Ausschreibung

„Rund um die Insel“



Familien – Firmen – Schule - Lauf – Wertung

Start:	Sonntag, 25. Januar 2009				
Ort:	Insel Silberau, Bad Ems			Silberaustadion	
Wettbewerbe/ Zeitplan	11:00 Uhr	4 Runden	7200 m	Männer/ Frauen/ Senioren/innen	
	11:20 Uhr	1 Runde	450 m/ im Stadion	Bambini Jahrgang 02-06	
	11:40 Uhr	2 Runden	900 m/ im Stadion	Schüler/innen D/ 01/00	
	12:00 Uhr	1 Runde	1800 m	Schüler/Innen A+B+C/ 94-99 Familienlauf/ Schule	
	12:30 Uhr	2 Runden	3600 m	WJA+B/ MJA+B Männer/ Frauen/Senioren/innen Firmen-Team-Lauf	
	13:05 Uhr	2 Runden	3600 m	Nordic-Walking/ Walking	
Teilnehmer:	Läufer und Walker, Nordic Walking				
Zeitnahme:	Handzeitnahme				
Startgebühr:	Schüler/innen 2,00 €				
	Jugend 3,00 €				
	Erwachsene 4,00 €				
	Familien-Team (Oma, Opa, Mama, Papa, Kinder)		Team 5,00 €		
	Firmen-Team (5 Läufer)		Team 15,00 €		
Anmeldung:	Familien-Team läuft jeder die 1800 m. (Namentliche Meldung) Familien-Team besteht aus mind. 3 Personen , davon mind. ein Erwachsener Firmen/ Schulen Team besteht aus 5 Personen (Namentliche Meldung) über E-Mail an: ellen@mesloh.de				
Wertung:	Neben der Einzelwertung aller Teilnehmer gibt es folgende Wertung: → Schnellste Familie über die 1800 m → Schnellste Firma über die 3600 m → Schnellste Schule über die 1800 m				
Umkleide/Duschen	Silberauhalle, Bad Ems Für das leibliche Wohl ist gesorgt.				
Auskunft:	Ellen Mesloh, Gartenstraße 9, 56377 Schweighausen, Telefon 02604-7395 ellen@mesloh.de www.tvbadems.de				
Meldeschluss:	20. Januar 2009 Nachmeldungen sind am Veranstaltungstag bis 1 Stunde vor dem jeweiligen Start möglich				

Wir wünschen allen Teilnehmer eine gute Anreise und viel Erfolg

Die Leichtathletikabteilung, TV Bad Ems