

# 29. Bad Godesberger Frühjahrslauf am Sonntag, 20. März 2016

**Austragungsort:** Bonn-Bad Godesberg, Grundschule Heiderhof, Weißdornweg 139, Sporthalle

**Busverbindung:** mit Bus 610 oder 611 Richtung Heiderhof, bis Haltestelle Heiderhofring

**Lauf, Startzeit, Streckenlänge:**

- Walking **10:30** Uhr 5,5 km und 10 km
- Jungen **10:30** Uhr 800 m
- Mädchen **10:40** Uhr 800 m
- Jedermann **10:50** Uhr 5,5 km
- Hauptlauf **11:00** Uhr 10 km

**Strecken, Startgeld:**

- flach; feste Waldwege
- 800 m **2,00 €** (Wendepunktstrecke)
- 5,5 km **9,00 €** (1 x den Rundkurs)
- 10 km **10,00 €** (2 x den Rundkurs)

**Voranmeldung:** nur per Internet bis **17.03.2016** (RaceResult)  
**Keine Rückerstattung Startgeld bei Nichtteilnahme**

**Nachmeldung:** bis 45 Minuten vor dem Start + Gebühr 2,00 €  
- LAV-Mitglieder bei Nachmeldung **0 €**

**Wertung:**

- Kinderlauf nach DLV (2001-2010 u. jünger)
- Walking und Jedermannlauf nach Einlauf
- Hauptlauf nach DLV (AK alle 5 Jahre)

**Duschen/Umkleiden:** in der Sporthalle

**Siegerehrung:** zeitnah nach dem jeweiligen Lauf

**Auszeichnungen:** Im Rahmen der Siegerehrung bekommen jeweils eine Urkunde (es erfolgt keine Nachsendung):

- alle Kinder
- der/die Gesamtsieger/in Jedermann-, Hauptlauf und Walking
- der/die erste jeder AK im Hauptlauf

**Ergebnisse/Urkunden:** im Internet ([www.lav-bad-godesberg.de](http://www.lav-bad-godesberg.de))  
**pers. Anmelde Daten:** können für Werbezwecke genutzt werden

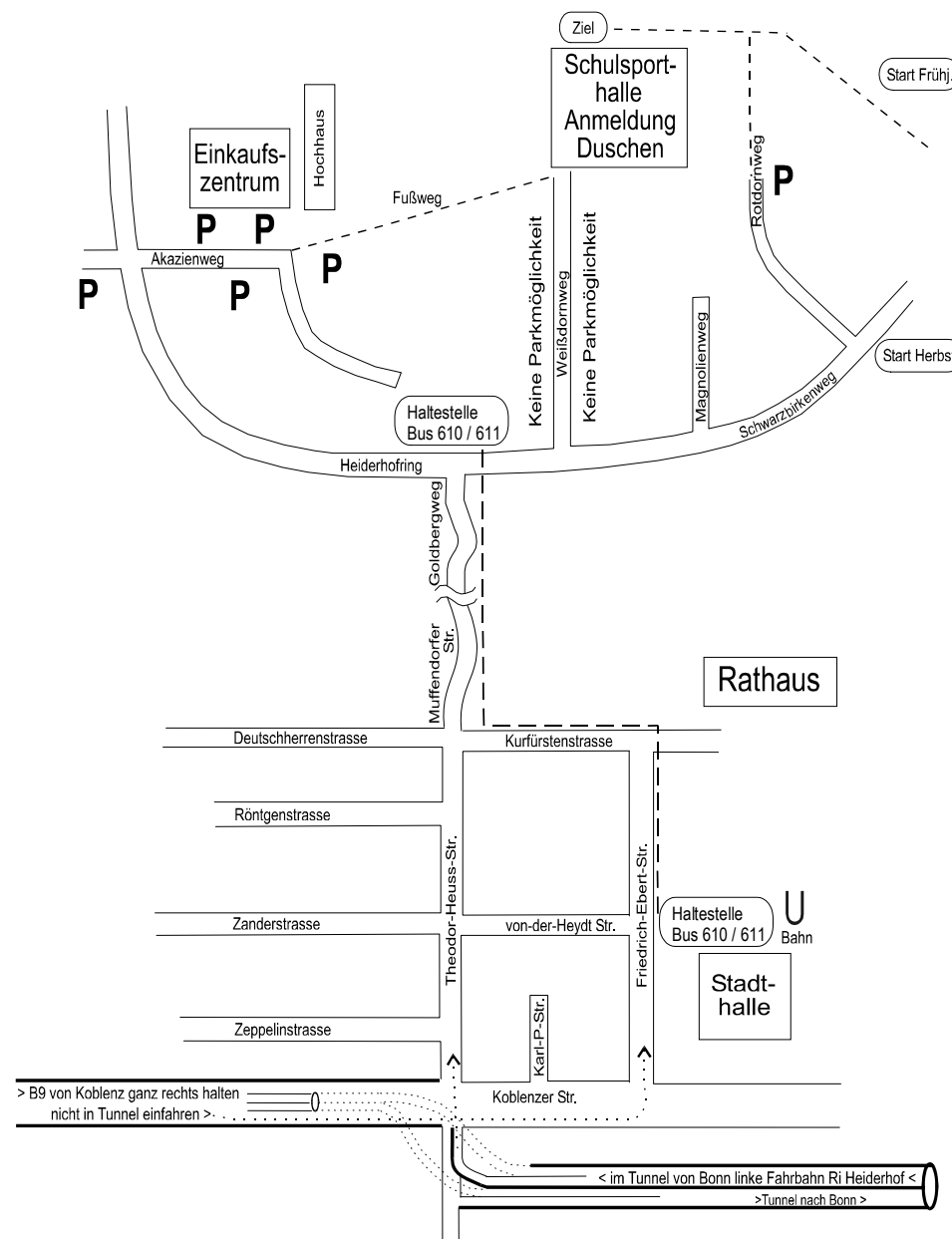
**Haftung:** Der Veranstalter haftet nicht für Unfälle, Diebstahl Sachschäden oder sonstige Schadenfälle

**Anm.:** Die Veranstaltung findet bei jeder Witterung statt  
Wir wünschen eine gute Anreise! Eure LAV

[www.lav-bad-godesberg.de](http://www.lav-bad-godesberg.de)

## Wegbeschreibung zum LAV-Volkslauf

Parkraum ist beim Einkaufszentrum vorhanden  
Fußweg ca. 200 m zur Anmeldung



[www.lav-bad-godesberg.de](http://www.lav-bad-godesberg.de)