

Der SSV Gristede lädt herzlich ein zum 30. Gristeder Volkslauf. Hier können auf der schnellen und DLV-vermessener Strecke in landschaftlicher Umgebung Bestleistungen erbracht werden. Die Veranstaltung ist genehmigt und es gelten die Bestimmungen der DLO.



Veranstaltungsnummer:
19V09000612100001

Strecken:

Die Strecken sind flache, vollständig asphaltierte Rundkurse. Beim 5 km-Lauf ist sie einmal, beim 10 km-Lauf zweimal zu laufen. Die Walkingstrecke ist eine Runde.

Start/Ziel:

Für alle Läufer in der Nähe des Sportplatzes in Gristede.
Adresse: Schulstraße, Wiefelstede, Ortsteil: Gristede.

Anmeldung:

Die Anmeldung ist sofort möglich über das Internet unter www.ssv-gristede.de oder schriftlich/telefonisch bei Heike und Frank Behrens, Habichtweg 4, 26215 Gristede (04403 911883).

Strecke	Start	bis zum 31.03.2019 (Stufe I)	bis zum 26.04.2019 (Stufe II)	Nachmel- dungen am 01.05.2019
500 m- Kinderlauf (Kindergartenkinder)	14.00 Uhr	1,00 €	2,00 €	3,00 €
1.500 m Schülerlauf (1. u. 2. Schulklasse)	14.20 Uhr	2,00 €	3,00 €	4,00 €
1.500 m Schülerlauf (3. u. 4. Schulklasse)	14.40 Uhr	2,00 €	3,00 €	4,00 €
5 km-Lauf	15.00 Uhr	8,00 €	9,00 €	10,00 €
7,5 km Walking	15.05 Uhr	3,00 €	4,00 €	5,00 €
10 km-Lauf	15.12 Uhr	8,00 €	9,00 €	10,00 €

Die Startgebühren bitte gleichzeitig mit der Anmeldung überweisen:
IBAN DE 05 2806 0228 0714 0215 01
BIC: GENODEF 10L2
Verwendungszweck: VL Gristede 2019 + Name.
Anmeldeschluss ist der 26.04.2019.

Nachmeldungen sind am Veranstaltungstag bis **14.00 Uhr** möglich. Bitte nutzen Sie die Voranmeldung zur unserem und auch zu Ihrem Vorteil!

Eine Anmeldung ist auch möglich im Sportfachgeschäft Sport Reckemeier, Gaststr. 26, Oldenburg. Dort können Sie nach Zahlung des Startgeldes Ihre Startnummer sofort mitnehmen.

Ausgabe der Startunterlagen:

Am **29. April 2019** von 17.00 bis 20.00 Uhr können die Startunterlagen in der Sporthalle in Gristede abgeholt werden. Dann ist auch eine Anmeldung ohne Nachmeldegebühr zu Stufe II vor Ort möglich. Am 1. Mai erfolgt die Startnummernausgabe ab 12.00 Uhr in der Sporthalle.

Zeitmessung:

Die Zeitnahme erfolgt per Chip in der Startnummer. Bitte die Startnummer nach Zieleinlauf wieder zurückgeben!

Auszeichnungen:

Die Siegerehrung erfolgt im Anschluss der jeweiligen Läufe in der Sporthalle. Dort wird ein reichhaltiges Kaffee- und Kuchenbuffet angeboten. Die Kinder und die Schüler erhalten eine Urkunde, eine Medaille und eine Kugel Eis.

Bei den Schülerläufen werden jeweils die ersten drei Schülerinnen und Schüler im Gesamteinlauf ausgezeichnet.

Beim 5 und 10 km-Lauf werden die ersten drei Frauen und Männer im Gesamteinlauf ausgezeichnet, sowie die ersten drei Plätze in den Altersklassen.

***** Neu ab 2019 *****

Es wird eine Prämie in Höhe von 100,00 € für einen neuen Streckenrekord bei 5 km und 10 km gezahlt.

Urkunden können vor Ort gegen Sofortdruck ausgedruckt werden oder anschließend im Internet unter www.ssv-gristede.de. Die Urkunde vom Walking gilt als Nachweis für die Ausdauerleistung beim Deutschen Sportabzeichen.

Kinderbetreuung:

Für laufbegeisterte Eltern, wenn beide starten möchten, bieten wir eine kostenlose Kinderbetreuung an. Das Angebot kann genutzt werden in der Zeit von 14.30 Uhr bis 16.30 Uhr. Ihre Kinder werden im benachbarten Kindergarten von einer Erzieherin beaufsichtigt. Wir bitten um Voranmeldung bis zum 30.04.2019 (Mail o. telefonisch) mit Angabe von Name, Vorname des Kindes, Alter, Anschrift, Mobilrufnummer.



Umkleiden/Duschen:

Umkleiden und Duschen stehen in der Sporthalle zur Verfügung.

Streckenrekorde:

10 km Männer:	31:41 min. im Jahr 2002 Georg Dietrich
10 km Frauen:	38:53 min. im Jahr 2016 Paula Böttcher
5 km Männer:	15:28 min. im Jahr 2015 Andreas Kuhlen
5 km Frauen:	17:53 min. im Jahr 2017 Josina Papenfuß

Hinweise:

Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung für Unfälle, Verluste, Schäden jeglicher Art.

Hinweis laut Datenschutzgesetz:

Die Anmeldungen werden maschinell gespeichert und vor Ort, im Internet, der Presse oder weiteren Materialien im Rahmen von Ergebnislisten veröffentlicht.

Wir wünschen eine gute Anreise, viel Spaß und den gewünschten Erfolg!

