

# 31. GRISTEDER VOLKSLAUF

## AM FREITAG

### 1. Mai 2020



Veranstaltungsnummer: 20V09000612100001

500 m-Kinderlauf Jahrgang 2014 und jünger	13.50 Uhr
1.500 m Schülerlauf Jahrgang 2013 + 2012	14.00 Uhr
1.500 m Schülerlauf Jahrgang 2011 + 2010	14.20 Uhr
1.500 m Schülerlauf Jahrgang 2009 + 2008	14.40 Uhr
<b>5 km-Lauf</b>	<b>15.00 Uhr</b>
7,5 km Walking gültig für das Deutsche Sportabzeichen	15.05 Uhr
<b>10 km-Lauf:</b>	<b>15.12 Uhr</b>

Der SSV Gristede lädt herzlich ein zum 31. Gristeder Volkslauf.

Hier können auf der schnellen und DLV-vermessenen Strecke in landschaftlich schöner Umgebung Bestleistungen erbracht werden. Die Veranstaltung ist genehmigt und es gelten die Bestimmungen der DLO.

### Strecken:

Die 5 und 10 km-Strecken sind flache, vollständig asphaltierte Rundkurse.

Beim 5 km-Lauf ist sie einmal, beim 10 km-Lauf zweimal zu laufen.

Die Walkingstrecke besteht aus einer Runde und führt neben asphaltierten Straßen über einen Feldweg.

### Anmeldung:

Die Anmeldung ist ab sofort möglich, über das Internet unter [www.ssv-gristede.de](http://www.ssv-gristede.de)

oder schriftlich/telefonisch bei Heike und Frank Behrens, Habichtweg 4, 26215 Gristede, 04403 911883.

Strecke	Start	bis zum 31.03.2020 (Stufe I)	bis zum 26.04.2020 (Stufe II)	Nachmeldungen am 01.05.2020
500 m- Kinderlauf (Jg. 2014 u. jünger)	13.50 Uhr	1,00 €	2,00 €	3,00 €
1.500 m- Schülerlauf (Jg. 2012 u. 2013)	14.00 Uhr	2,00 €	3,00 €	4,00 €
1.500 m- Schülerlauf (Jg. 2010 u. 2011)	14.20 Uhr	2,00 €	3,00 €	4,00 €
1.500 m- Schülerlauf (Jg. 2008 u. 2009)	14.40 Uhr	2,00 €	3,00 €	4,00 €
<b>5 km-Lauf</b>	<b>15.00 Uhr</b>	8,00 €	9,00 €	10,00 €
7,5 km Walking	15.05 Uhr	3,00 €	4,00 €	5,00 €
<b>10 km-Lauf</b>	<b>15.12 Uhr</b>	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 2020 + Name.

**Meldeschluss für Voranmelder ist der 27.04.2020.**

Nachmeldungen sind am Veranstaltungstag bis **14.00 Uhr** möglich.

Bitte nutzen Sie die Voranmeldung - zu unserem und auch zu Ihrem Vorteil!



**SPORT RECKEMEIER**  
*... der Sportschuhspezialist*

---

Gastraße 26 • 26122 Oldenburg  
Telefon: 0441/13110 • Telefax: 0441/15040  
E-Mail: [info@reckemeier.de](mailto:info@reckemeier.de)



EytjeHof  
Familie Eyting  
Gemüse - Geflügel - Hofgemachtes  
26215 Wiefelstede-Gristede  
Zwischenahner Str. 2  
Internet: [www.eytjehof.de](http://www.eytjehof.de)  
email: [eyting@eytjehof.de](mailto:eyting@eytjehof.de)  
Tel.: 04403 8517

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  
**29.04. von 17.00 bis 20.00 Uhr**  
und am  
**30.04. von 16.00 bis 18.00 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 Ausgabe der Startnummern 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 findet im Anschluss der jeweiligen Läufe in der Sporthalle statt. 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.

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

Urkunden können vor Ort im Sofortdruck ausgedruckt werden oder im Internet unter [www.ssv-gristede.de](http://www.ssv-gristede.de).  
Die Urkunde vom Walking gilt als Nachweis für die Ausdauerleistung beim Deutschen Sportabzeichen.

Streckenrekorde	
10 km Männer:	31:41 min. im Jahr 2002 Georg Diettrich
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



Sporteinlagen von Buhr:

[www.buhr-lauffit.de](http://www.buhr-lauffit.de)  
Neumühlenstr. 15  
26316 Varel  
Telefon: 04451 6828



### Umkleiden/Duschen:

Umkleiden und Duschen stehen in der Sporthalle zur Verfügung.

### 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!



Ihr Partner für Versicherungen,  
Vorsorge und Vermögensplanung.

LVM-Versicherungsagentur  
**Andreas Stachowiak**  
Hauptstr. 35  
26215 Wiefelstede  
Telefon (04402) 93 97 00  
info@stachowiak.lvm.de



**HEIZUNG STEFAN OELTJEN**  
Wärme & Energie

Meisterbetrieb  
Kamp to Horn 1  
26215 Wiefelstede-Gristede  
Tel.: 04403 939 70 70  
Mobil: 0151 189100 92  
Fax: 04403 939 90 75  
stefan@heizung-oeltjen.de  
www.heizung-oeltjen.de