

# 10-km-Lauf



09. Juni 2019

## Anmeldung

Onlineanmeldung bis zum 02.06.2019 (bis zum 13.05.2019 mit Vornamen auf der Startnummer (personalisiert))

Nachmeldung vor Ort

- 08.06.2019 (15:00 – 19:00 Uhr, Zielbereich am Geroweier)
- 09.06.2019 (07:00 – eine Stunde vor dem Start, Santander Bank, Santander Platz 1, 41061 Mönchengladbach)

Zugelassen ab Jahrgang 2007 und älter.

Startzeit: 10:30 Uhr (90 Min Zielschluss)

## Organisationsbeitrag

Frühbucher 1 bis zum 30.11.2018: 15,00 €

Frühbucher 2 bis zum 28.02.2019: 17,00 €

Frühbucher 3 bis zum 13.05.2019: 19,00 €

Normalpreis ab 14.05. - 02.06.2019: 23,00 €

Nachmeldungen: 25,00 €

## Leistungspaket

- ✓ Startnummer
- ✓ Zeitmessung und Auswertung
- ✓ Verpflegung auf der Strecke sowie im Zielbereich:  
An den verschiedenen Verpflegungsstationen sowie im Zielbereich werden Getränke und Verpflegung gereicht.
- ✓ Duschen, Umkleiden, Toiletten
- ✓ Garderobe: Hier kannst du kostenlos deinen Starterbeutel abgeben. Zur Abholung trage bitte deine Startnummer bei dir.
- ✓ Finisher-Medaillen & Urkunden (online)

## Startunterlagen

- Inhalt: Startnummer inkl. Timing-Chip, Sicherheitsnadeln, Infolyer
- Abholung vor Ort:
  - 08.06.2019 (15:00 – 19:00 Uhr, Zielbereich am Geroweier)
  - 09.06.2019 (07:00 Uhr – eine Stunde vor dem Start, Santander Bank, Santander Platz 1, 41061 Mönchengladbach)
- Optional buchbar:
  - Versand (Postbrief) 1x Anmeldung: 4,50 € (innerhalb Deutschland)
  - Versand ins benachbarte Ausland zusätzlich 2,50 €
    - Je Versandart wird je bestelltes Shirt 1,50 € erhoben.
  - Teilnehmer-Shirt:
    - Damen/Herren: Funktionsshirt 15,00 € (Preis ausschließlich bei der Anmeldung)
    - Zielzeit-Druck: 9,90 € (Shirt wird nach dem Lauf zugeschickt)

## Wertungen

M/W-Wertung

AK-Wertung ab U16 (ohne U23) bis AK 80

Ehrungen: Gesamtsieger Männer/Frauen Plätze 1-3

## Medaillen & Urkunden

Jeder Finisher erhält im Ziel eine Teilnahmemedaille. Urkunden können unter „Ergebnisse“ kostenlos heruntergeladen werden.

## Strecke

Gelaufen wird der 10-km-Rundkurs. Der Start befindet sich am Santander Platz, das Ziel am Geropark.

Die Strecke führt quer durch das Stadtgebiet von Mönchengladbach u.a. an der „Alten Ulme“ und am „Schillerplatz“ vorbei.

Die Strecke ist DLV-vermessen. Die Vermessung der Strecke wurde auf der Grundlage der Internationalen Wettkampffregel 240.3

(IWR) durch einen lizenzierten DLV-Vermesser durchgeführt und erfüllt die Vorgaben des DLV-Streckenzertifikates (Bestenlistenfähig).

## Regelwerk

Die Strecke ist ohne Ausnahme durch eigene Kraft zurückzulegen. Es dürfen keine Hilfsmittel verwendet werden. Gewertet wird, wer die gesamte Distanz absolviert und innerhalb von 90 Minuten das Ziel erreicht hat. Ein Start ist nur bis maximal 5 Minuten nach dem offiziellen Startschuss möglich. Später Startende erhalten keine Nettozeit.

## Zeitmessung

Die Zeitmessung erfolgt mittels Einweg-Transpondersystem. Der Timing-Chip ist in die Startnummer integriert und kann nach der Veranstaltung mitgenommen oder entsorgt werden.