

TEILNAHMEBEDINGUNGEN

Ausführliche Teilnahmebedingungen siehe unter der Homepage der Veranstaltung: <http://jedermannlauf.vfltegel.de> unter dem Button „Teilnahmebedingungen“

**45. Jedermannlauf
und Walking/Nordic Walking**
c/o Karl Mascher
Am Dachsbau 102 A
13503 Berlin

Wer nicht mehr alleine joggen möchte oder wer sich auf einen Halbmarathon oder Marathon vorbereiten möchte, der kann das auch gemeinsam mit uns in Angriff nehmen. Wir von der **Läufertruppe des VfL Tegel** treffen uns jeden Mittwoch um 17:30 Uhr und jeden Sonntag um 9:00 Uhr vor dem Vereinsheim in der Hatzfeldtallee Nr. 29, 13509 Berlin zum gemeinsamen Laufen und zur Marathon-Vorbereitung. Vereinzelt können auch individuelle Termine verabredet werden. Sowohl Hobbyläufer als auch leistungsorientierte Läufer sind bei uns herzlich willkommen.

Außerdem können Sie bei uns unter der Anleitung von erfahrenen Übungsleitern auch **Nordic Walking** betreiben.
(siehe auch: <http://leichtathletik.vfltegel.de/>)



Auskünfte erteilen:

Abteilungsvorstand Holger Stuckwisch
Tel. 030-30107636 (Festnetz)
Tel. 0162-3492268 (Mobil)

Nordic Walking
Claudia Kaping
Tel. 030-433 444 6



45. Jedermannlauf und Walking / Nordic Walking
Sonntag, 4. Juni 2023

<http://jedermannlauf.vfltegel.de>

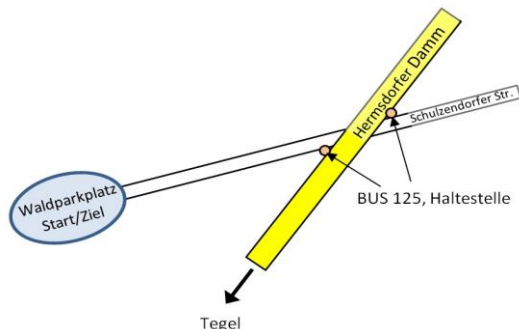
45. Jedermannlauf und Walking/Nordic Walking in Erinnerung an Friedegard Liedtke

5. Lauf zum Berliner Läufercup

Sonntag, 4. Juni 2023

Start und Ziel:

Tegeler Forst, Schulzendorfer Straße (Waldparkplatz)
13467 Berlin-Hermsdorf



Startzeiten:

- 09:30 Uhr Schülerlauf 1,2 km (JG 2012-2019)
- 10:00 Uhr Schüler-/Jugendlauf 5 km (JG 2005-2013)
- 10:00 Uhr Schnupperlauf 5 km (JG 2004 u. älter)
- 10:10 Uhr 10-km-Lauf alle Klassen (JG 2008 u. älter)
- 10:10 Uhr 15-km-Lauf alle Klassen (JG 2008 u. älter)
- 10:10 Uhr 5 km Walking/Nordic Walking

Veranstalter:

VfL Tegel 1891 e.V.
Leichtathletikabteilung
Hatzfeldallee 29
13509 Berlin



Teilnahmeberechtigung:

Der Lauf wird nach den Bestimmungen des Deutschen Leichtathletikverbandes veranstaltet.

Streckenführung:

Breite Waldwege im Tegeler Forst, ebene Laufstrecke.

Verpflegung:

Im Start- und Zielbereich Schmalzstullen, Obst und Getränke.

Startgebühren:

- 1,2-km-Lauf 4,00 €
- 5-km-Läufe und Walking/Nordic Walking: 7,00 €
- 10-km-Lauf: 15,00 €
- 15-km-Lauf: 20,00 €

Jeweils inklusive Medaille.

Hinweis zu den Startnummern:

Die Zeitmessung erfolgt mittels Transponder.

Startnummernausgabe am Veranstaltungstag ab 08:30 Uhr im Start- u. Zielbereich (Waldparkplatz).

Auszeichnungen:

Die **Gesamtsieger** aller Wettbewerbe erhalten Preise, die Zweit- und Drittplatzierten Siegerurkunden.

Die Erstplatzierten jeder **Altersklasse** (nur Läufe) erhalten ebenfalls eine Siegerurkunde. Komplette Ergebnislisten auch online, von dort ist auch der Urkundendruck möglich.

Anmeldung:

Ab sofort online unter <http://jedermannlauf.vfltegel.de> oder auf diesem Formular an:

Karl Mascher, Am Dachsbau 102 A, 13503 Berlin

Meldeformular bitte deutlich mit Druckbuchstaben ausfüllen.

Meldeschluss: 28. Mai 2023

Nachmeldungen bis 30 Minuten vor dem jeweiligen Start möglich (mit erhöhtem Startgeld).

Informationen:

Holger Stuckwisch Tel. 030-30107636
Karl Mascher Tel. 030-4319878 / 0160-5820209
und unter: <http://jedermannlauf.vfltegel.de>

Anmeldung zum 45. Jedermannlauf am Sonntag, 4. Juni 2023 - in Erinnerung an Friedegard Liedtke

Lauf 10 km (15,00€) Schnupperlauf 5 km (7,00€) Schüler/innen 1,2 km (4,00€) Walking/Nordic Walking 5 km (7,00€)

Lauf 15 km (20,00€) Schüler/innen 5 km (7,00€)

Familienname															Vorname					Titel				
Straße, Hausnummer															Postleitzahl					Ort				
Verein															Geburtsjahr					Geschlecht W <input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/>				
mit meiner Unterschrift erkenne ich die Teilnahmebedingungen (unter http://jedermannlauf.vfltegel.de) an.															Telefon-Nummer									
Datum															Unterschrift / Unterschrift des Erziehungsberechtigten									

E-Mail-Adresse (für Bestätigung des Zahlungseinganges)

Bitte überweisen Sie die Teilnahmegebühr sofort nach Anmeldung unter Angabe von Name+Vorname+Jedermannlauf auf folgendes Konto:

Kontoinhaber: VfL Tegel Leichtathletik IBAN: DE70 1001 0010 0028 0351 05 BIC: PBNKDEFF (Postbank Ndl der Deutschen Bank)