

## 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.

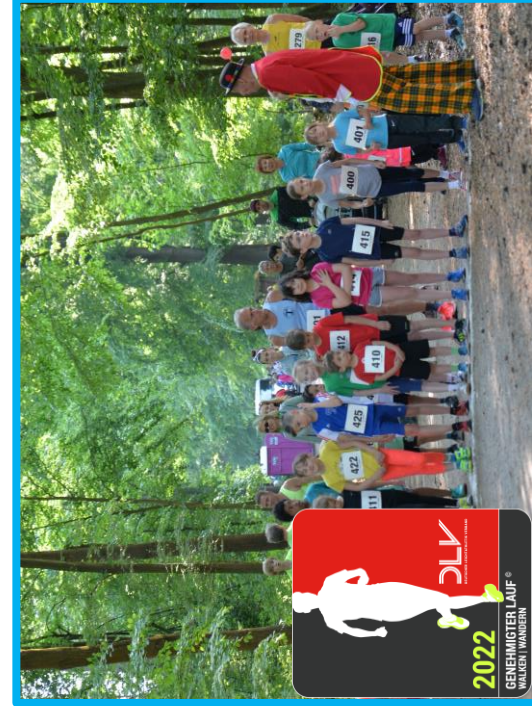
Außerdem können Sie bei uns unter der Anleitung von erfahrenen Übungsleitern auch **Nordic Walking** betreiben.  
(siehe auch: <http://leichtathletik.vfltegel.de/>)



### 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>

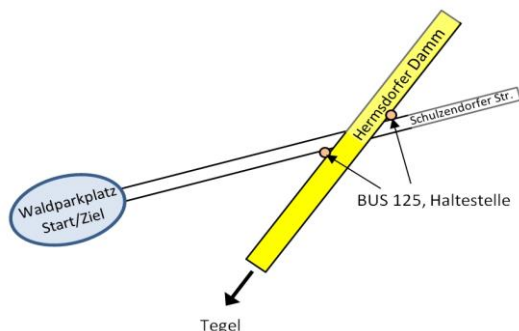
# 45. Jedermannlauf und Walking/Nordic Walking in Erinnerung an Friedegard Liedtke

Behördliche Hygienebestimmungen sind im gesamten Veranstaltungsbereich einzuhalten.

**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  
Hatzfeldtallee 29  
13509 Berlin



Berliner AOK-Läufercup

## Teilnahmeberechtigung:

Der Lauf wird nach den Bestimmungen des Deutschen Leichtathletikverbandes veranstaltet.

## Streckenführung:

Breite Waldwege im Tegeler Forst, ebene Laufstrecke.

## Verpflegung:

Ob Getränke und Verpflegung ausgegeben werden können, hängt von den behördlichen Vorgaben in Bezug auf Corona ab und wird kurzfristig entschieden.

## 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:

Ob Siegerehrungen stattfinden, hängt von den behördlichen Vorgaben in Bezug auf Corona ab.  
Die **Gesamtsieger** aller Wettbewerbe erhalten Preise, die 2.- und 3.-platzierten 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.

**Sollte die Veranstaltung wegen der Corona-Pandemie abgesagt werden müssen, werden gezahlte Startgebühren auf Wunsch zurückgezahlt, andernfalls für den Jedermannlauf 2024 gutgeschrieben.**

## 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

Straße, Hausnummer

Verein

Vorname

Postleitzahl

Ort

Geburtsjahr

Geschlecht

W

M

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)