

SPORTGEMEINSCHAFT ZONS 1971 E.V.



LEICHTATHLETIK- & FITNESSABTEILUNG



Hallo allerseits

Unser zweiter Cuplauf (19. Donkenlauf) findet am Samstag, 15. Juni in Neukirchen-Vluyn statt. Ebenfalls kann dort 5 km oder 7,5 km gewalkt werden.

Die 5km-, 10 km- und 7,5km-Runde führt über flache, überwiegend asphaltierte, verkehrsarme Wirtschaftswege und Nebenstraßen. Die 5 km- und 10 km-Strecken sind DLV-vermessen.

Wichtige Hinweise vom Veranstalter:

Die Strecke ist nicht für Nordic-Walking geeignet. Hunde, Baby-Jogger und Radbegleitung sind aus Sicherheitsgründen nicht zugelassen.

Walken: kein Wettkampf, aber Zeitnahme.

Startzeiten und Strecken:

5 km	15:15 Uhr	(Walken)
5 km	15:15 Uhr	(Laufen)
10 km	16:30 Uhr	(Walken)
10 km	16:30 Uhr	(Laufen)

START und ZIEL:

Schulzentrum Neukirchen-Vluyn, Tersteegenstraße 85 (beim Freizeitbad)

Weitere Infos:

<http://donkenlauf.de/>

Anmeldung:

Bei Michael Haack bis 10.06.2019 (michael_haack@gmx.net).

Fahrgemeinschaften nach Absprache. Die Startgebühr trägt die Abteilung.

Viele Grüße

Michael