

5 km Strundelauf

Sonntag, 01.09.2024

5k Race Day in Bergisch Gladbach

- ▶ Straßenlauf-Wendepunktstrecke
- ▶ DLV-vermessen und schnell
- ▶ separater Start nur für Frauen
- ▶ Schüler + Jugendwertungen
- ▶ Familien-Generationen-Staffel
- ▶ hochwertige Medaillen für alle
- ▶ 3. Lauf Engels-der-Maler Laufcup

Der 1. Strundelauf findet im Rahmen des
4. Strundetal-Festes statt - ein Tag für
die ganze Familie – www.strundetal.com

„Das Strundetal bewegt“

www.5k-raceday.de

5 km Strundelauf

3. Wertungslauf Engels-der-Maler Laufcup 2024

AUSSCHREIBUNG

www.5k-raceday.de

Ort	51465 Bergisch Gladbach ▶ stadtnah und mit kurzen Wegen	
Datum	Sonntag, 1. September 2024	
Schirmherr	Frank Stein, Bürgermeister von Bergisch Gladbach	
Startzeiten	9.30 Uhr Frauen Jg 2006 u.ä.	Schülerinnen Jg 2007-2012
	9.40 Uhr Männer Jg 2006 u.ä.	Schüler Jg 2007-2012
	14.00 Uhr Mühlenteich-Familien-Staffel	300m Runde
	▶ 3er / 4er / 5er Mehrgenerationen-Staffeln	
	Treffpunkt und Staffelausgabe: Bücheler Weg hinter Burg Zweiffel	
Sollzeiten	für 5 km Lauf: Männer = 35 min Frauen = 35 min	
Startgeld	bis 31.07. 6,- € (Schüler'innen)	12,- € (ab Jg 2006)
	ab 01.08. 8,- € bzw.	15,- €
	▶ Die Teilnahme an den Familien-Staffeln ist kostenfrei	
Meldung	www.5k-raceday.de ▶ bis spätestens Donnerstag, 29.08.	
Zeitnahme	cologne timing Nettozeiten TAG-TV Ergebnisdienst vor Ort	
Wertungen	Einzel- und 3er Teamwertungen M/F/AK's - Nettozeit-Addition	
Start-Nrn.	Ausgabe direkt am Start, Kürtener Str. 17, 51465 Bergisch Gladbach	
Umkleide	ASB-Zelte und Dixi-Toiletten sind vorhanden, Duschen leider nicht	
Ehrungen	Alle Teilnehmer erhalten eine hochwertige Finisher-Medaille im Ziel. Siegerehrung ab 11.00 Uhr – Bühne Papiermuseum Alte Dombach 1	
Strecke	schnelle und DLV-vermessene Wendepunktstrecke auf der Kürtener Straße im Strundetal bis Burg Zweiffel und zurück	
Anreise	Mit dem Auto bis zum Strundepark mit ausreichender Parkfläche Mit ÖPNV: Bus- bzw. S-Bahnhof Bergisch Gladbach (2,2 km)	
Ausrichter	TV Refrath running team Organisationsleiter: Jochen Baumhof	
	Der 5k Race Day findet im Rahmen des 4. Strundtal-Festes statt. „Das Strundetal bewegt“ – ein Fest für die ganze Familie	
Infos	Infos, Programm, Karte, Festschrift ▶ www.strundetal.com	