



Zum 31. Mal **Seppel-Kiefer-Gedächtnislauf** **19.März 2023 – Bad Kreuznach**

Ausrichter:

Lauffreunde Naheland Bad Kreuznach e.V.

Start und Ziel:

Stadion Salinental in Bad Kreuznach

Zeitplan und Wettbewerbe:

09:15 400 m weibliche Kinder **bis 7 Jahre**
09:25 400 m männliche Kinder **bis 7 Jahre**
09:35 1000 m U10 bis U12 weiblich
09:45 1000 m U10 bis U12 männlich

10:00 HM ab U18 w/m bis w/m 80
10:15 5km ab U12 w/m bis w/m 80
10:25 10 km ab U16 w/m bis w/m 80

Achtung:

Kein Walking und Nordic-Walking

Streckenbeschreibung:

Landschaftlich reizvolle, flache Strecke durch das Salinental

Onlinemeldung

unter: www.lauffreunde-naheland.de

und: my.raceresult : : [Anmeldung |](#)

[Ergebnisse](#)

Meldeschluss:

Montag, 13. März 2023

Startunterlagen werden per Post versendet, wenn es die Pandemielage erzwingt.

Infos bei:

Corinna Tentrup-Tiedje

E-Mail: mails@lauffreunde-naheland.de

Jana Eisenbrandt

E-Mail: jana.eisenbrandt@outlook.de

Startgeld:

w/m Kinder bis 7 Jahre	2,00€
U10 bis U14	4,00€
5km Jugend	6,00€
5km Erwachsene	8,00€
10km Jugend	6,00€
10km Erwachsene	10,00€
Halbmarathon	12,00€

Nachmeldungen:

Bis 60 Minuten vor dem jeweiligen Start
Nachmeldegebühr: Startgeld +2,00€

Auszeichnungen:

Kinderläufe (400m/ 1000m): Überraschung bei Zieleinlauf.

Top 3 der Kinderläufe über 400m und 1000m werden gesondert geehrt.

Top 3 der Hauptläufe über 5km, 10km und HM werden prämiert.

Streckenrekorde werden gesondert geehrt und erhalten eine Prämie.

Ergebnislisten:

unter www.lauffreunde-naheland.de

Umkleiden und Duschen:

Im Stadion vorhanden

Natürlich passen wir diese Ausschreibung den aktuell geltenden Corona Bestimmungen an. Bitte informieren Sie sich rechtzeitig vor der Veranstaltung auf unserer Homepage.

Haftungsausschluss:

Für Unfälle, Sachschäden, Diebstahl und verlorene Gegenstände übernimmt der Veranstalter keine Haftung. Die Veranstaltung ist über den LVR versichert!

Wir bedanken uns für die Unterstützung bei