

SC LÜCHOW

Langstrecken auf der Bahn Sonnabend, 15. Juli 2023

Veranst.-Nr. 23 V09000431102500

Veranstaltungsort: Lüchow, Sportanlage im Schulzentrum, Schulweg 4

Beginn: 19.00 Uhr

Wettbewerbe:

19.00 Uhr	800 m	W. Jgd./weibl. Kinder U 16 - U 10,
19.15 Uhr	1.000 m	M. Jgd./männl. Kinder U 16 - U 10,
19.30 Uhr	3.000 m	Frauen, Männer, Senioren,
19.45 Uhr	5.000 m	Seniorinnen, M u. WJ U 20, U 18
20.15 Uhr	5.000 m	Evtl. 2. Lauf

Org.-Gebühren: Erwachsene 6,00 €, Jugend und Kinder 2.00 €.
Für verspätete Meldungen und Nachmeldungen wird ein zusätzlicher Betrag von 2,00 € erhoben.

Auszeichnungen: Urkunden für alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer

Meldungen: Über Internet: <http://ladv.de/niedersachsen/> bis zum 10. Juli 2023.

Mit der Meldung ist ein Rundenzähler*in per Mail an mp.haacke@t-online.de zu benennen.

Nachmeldungen am Veranstaltungstag nur bis 18.00 Uhr,-

Auskunft: Manfred Haacke, Tel. 05841-6796 (nach 20 Uhr),
E-Mail: mp.haacke@t-online.de,

Hinweise: Der Veranstalter übernimmt keine Haftung bei Unfällen, Diebstählen und sonstigen Schäden.

Im Rahmen dieser Veranstaltung werden die Meisterschaften des Bezirkes Lüneburg über 5.000 m ausgetragen.

Die Langstrecken gehören zum Wendland-Laufcup 2023

Sportliche Vereinigung Gartow e.V.



14. Lauf um und am Gartower See am 19. Juli 2023

Ausschreibung

- Veranstalter:** SV Gartow
- Strecke:** Die Streckenlängen betragen für Kinder und Jugend U 16-U10 2 km (Wendepunktstrecke) und für die Jugend U 18 und 20, und Erwachsenen wahl-weise 4,7 km, d. h. eine Runde um den See oder 9,4 km, d. h. zweimal um den See.
- Startzeit:** 19:00 Uhr für Kinder und für Jugend U 16-10
19:30 Uhr für Jugend U 20 u. U 18, Männer, Frauen, Senioren und Seniorinnen
- Start/Ziel:** Start und Ziel am Nordufer des Sees. (in Höhe Bootsverleih)
- Altersklassen:** *Männl./Weibl. Kinder U 10 (Jg. 2015/14), Männl./Weibl. Kinder U 12 (Jg. 2013/12), Männl./Weibl. U 14 (Jg. 2011/10), Männl./Weibl. U 16 (Jg. 2009/08), Männl. u. Weibl. Jugend U 18 (Jg. 2007/2006), Männl. u. Weibl. Jugend U 20 (Jg. 2005/04), Männer u. Frauen (2003 u. älter), Senioren u. Seniorinnen M/W 30-39 (Jg. 1993-1984), M/W 40-49 (Jg. 1983-1974), M/W 50-59 (Jg. 1973-1964), W 60 u. älter (1963 u. ä.), M 60-69 (1963-1954), M 70 u. älter (1953 u. ä.)*
- Teilnahme:** Teilnehmen kann jede/r mit entsprechendem Trainingszustand und sofern keine gesundheitlichen Bedenken bestehen. Eine Mitgliedschaft in einem Sportverein ist nicht erforderlich.
- Startgeld:** Erwachsene 6 € Kinder u. Jugend 2 €.
- Auskunft:** Für Rückfragen und Informationen steht Andreas Törber (s. Meldeanschrift) zur Verfügung. Weitere Informationen gibt es im Internet unter www.sv-gartow.de und www.igaswendland.de, wo auch nach dem Meldetermin die Teilnehmerlisten veröffentlicht werden.

Meldung: Meldungen bitte schriftlich oder **vorzugsweise im Internet** unter www.igaswendland.de/anmeldung

per Post:

E-Mail:

SV Gartow
Andreas Törber
Schäferkamp 10a
29471 Gartow

sv-gartow@web.de

Meldeschluss: Spätestens bis zum **13. Juli 2023** eingehend. Verspätete Meldungen werden als Nachmeldungen behandelt.

Nachmeldungen: Es werden Nachmeldungen bis spätestens um 18.30 Uhr am Veranstaltungstag angenommen. Für jede Nachmeldung ist zusätzlich ein Betrag von 2 € für den erhöhten Organisationsaufwand zu zahlen.

Startnummern: Die Ausgabe der Startnummern erfolgt am **Veranstaltungstag ab 18:30 Uhr** Nordufer am See in Höhe Bootsverleih. Die Startnummern müssen gut sichtbar und nicht verkleinert auf der Brust getragen werden.

Umkleiden: Vor Ort (Grillunterstände) oder Sportplatz am Helk ca. 2 km

Auszeichnungen: Alle, die das Ziel erreichen, bekommen eine Urkunde.

Ergebnisse: Die Ergebnislisten werden nach dem Lauf ausgehängt. Die Ergebnisse werden auch im Internet unter **www.sv-gartow.de** und **www.igaswendland.de** veröffentlicht.

Hinweise:

- Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt.
- Der Veranstalter übernimmt keine Haftung, u.a. bei Unfällen und Diebstählen.
- Sicherheitsnadeln werden nicht zur Verfügung gestellt.

Cupwertung: Für die Veranstaltungen

- **Langstrecken auf der Bahn am 15. Juli in Lüchow**
- **14. Gartower Seelauf am 19. Juli in Gartow**
- **29. Lüchower Zehner am 21. Juli in Lüchow**

wird eine Ferien-Cupwertung durchgeführt.
Voraussetzung ist die Teilnahme an allen drei Läufen.
Die Platzierungen werden durch Zeitaddition ermittelt und in den folgenden Gruppen ermittelt:

- U18, U 20, Erwachsene, getrennt männlich u. weiblich
- U 16 und jünger, getrennt männlich u. weiblich

Alle Teilnehmer bekommen ein Präsent und eine Urkunde für das Gesamtergebnis. Die vier Gesamtsiegerinnen und –Sieger erhalten Sachpreise.
Die Siegerehrung findet im Anschluss an den Lüchower Zehner statt.

SC LÜCHOW

28. Lüchower Zehner Freitag, 21. Juli 2023

Veranst.-Nr. 23 V09000431112100

Veranstaltungsort: Lüchow, ehem. Bushaltestelle d. Grundschule am Königshorster Weg

Beginn: 19.00 Uhr

Wettbewerbe:

19.00 Uhr	1 km	M/W. Jgd./weibl. u. männl. Kinder U 16 - U 10,
19.30 Uhr	6,8 km 10 km	Frauen, Männer, Senioren, Seniorinnen (M/W 30/35, 40/45, 50/55, 60 u. ä.), M/WJ U 20/18 Mannschaftswertung nur Mä. u. Fr. (10 km)

Start/Strecke: Vom Start auf dem dem Orts Verbindungsweg zw: Lüchow und Saaße ist ein Rundkurs zwischen Saaße und Banneck über 10 km zweimal, über 6,8 km einmal zu durchlaufen, zurück bis zum Start und weiter bis zum Ziel an der Bushaltestelle der Grundschule hinter dem Sportplatz. Am Ziel befindet sich auch die Startnummernausgabe. Die Strecke über 10 km ist nach AIMS-Regeln vermessen und das Streckenprotokoll vom DLV genehmigt (10.11.19). Die Veranstaltung ist vom NLV landesoffen genehmigt.

Org.-Gebühren: Erwachsene 6,00 €, Jugend und Kinder 2,00 €. Für verspätete Meldungen und Nachmeldungen werden zusätzlich 2,00 € erhoben.

Auszeichnungen: Urkunden für alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer.
Pokale für die schnellste Frau und den schnellsten Mann über 10 km

Meldungen: Über Internet: <http://ladv.de/niedersachsen/> bis zum 17. Juli 2023. Nachmeldungen am Veranstaltungstag nur bis 18.00 Uhr

Auskunft: Manfred Haacke, Tel. 05841-6796 (nach 20 Uhr),
E-Mail: mp.haacke@t-online.de

Hinweise:

Umkleiden und Duschen befinden sich auf dem Sportplatz. Der Veranstalter über- nimmt keine Haftung bei Unfällen, Diebstählen und sonstigen Schäden. Die Veranstaltung gehört zum Wendland-Laufcup 2023.

Pokalgewinner 2021: Franziska Erstling (SC Lüchow), Patrick Hartmann (IGAS Wendland)

