

**GRUPPE** **WES**  
I N N O V A T I O N  
HAUSTECHNIK

**Lack Center Dietmair**

Fahrzeuglackierermeister	Mobil 0170 5363444
Uwe Dietmair	Telefon 04853 8804746
Schwarzer Weg 8	Fax 04853 8804737
25693 St. Michaelisdonn	E-Mail: lackcenter@t-online.de

**wittröck**

- BAUUNTERNEHMEN
- INGENIEURBÜRO
- HOLZFACHHANDEL



 Sparkasse  
Westholstein

# 34. Donner Frühlingslauf

MFO St. Michaelisdonn

**Sonntag, 26. März 2017**

## Strecken

11,4 km Rundkurs, Start 10 Uhr

5 km Schnupperkurs, Start 9.50 Uhr

5 km Walkerlauf. Start 9.50 Uhr

**Start Parkplatz Grundschule**

**Am Sportplatz“**

500 m Mühlenlauf (für Kids bis 8 Jahre)

**Start um 9:30 Uhr an der Mühle**



## 34. Donner Frühlingslauf am Sonntag, den 26. März 2017

**Strecke:** 11,4 km Rundkurs, abwechslungsreiches Gelände,  
5 km Schnupperlauf  
5 km Walkerlauf ohne Zeitnahme  
**Start/Ziel:** „Am Sportplatz“ Turnhalle , Grundschule

500 m Mühlenlauf für Kinder bis 8 Jahre Start: 9:30 Uhr bei der Mühle

5 km Lauf – 9:50 Uhr (Parkplatz „Am Sportplatz“)

11,4 km Lauf - 10 Uhr (Parkplatz „Am Sportplatz“)

5 km Walkerlauf - 9:50 (Parkplatz „Am Sportplatz“) ohne Wertung

**Wertung: 5 km Lauf :** männliche und weibliche U10- U12-U14 und U16

	Männl. Jugend U18/U20	Weibl. Jugend U18/U20
	Männer/Senioren	Frauen/Seniorinnen
<b>11,4 km Lauf :</b>	Schüler (U10-U16)	Schülerinnen (U10-U16)
	Männl. Jugend (U18/U20)	Weibl. Jugend (U18/U20)
	Männer	Frauen
	M30	W30
	M40	W40
	M50	W50
	M60	W60
	M70	

**Mühlenlauf:** Strecke über 500 m für Kids von 4 - 8 Jahren ohne Zeitwertung  
Jeder Teilnehmer erhält eine Medaille. **Start - Mühle um 9:30**

**Startgebühren:** 11,4 km Lauf – Erwachsene 10 €, Jugendliche -7 €  
Schnupperlauf - 7 €,  
**Nachmeldegebühr 4 € (60 Minuten vor dem Start)**  
Walker - 5 €, ohne Nachmeldegebühr  
Mühlenlauf- 2 €

**Startnummern:** Die Ausgabe der Startnummer erfolgt in der Grundschule  
**Bitte Sicherheitsnadeln mitbringen.**

**Anmeldung über:** <http://stgk.de/0/85.htm>

**Mühlenlauf bitte nur direkt am Veranstaltungstag anmelden oder bei Annelene Spill**

Info: Annelene Spill, Tel.: 04853/216, [annelene.spill@t-online.de](mailto:annelene.spill@t-online.de)

Meldeschluss: Sonntag, 19. März 2017

Zeitnahme :

Die Zeitnahme erfolgt mit einem Transponder der Firma Sport Timing Gierke Kultscher.

Den Transponder erhalten Sie bei der Ausgabe der Startunterlagen. Es wird keine Leihgebühr verlangt. Bei Nichtrückgabe wird ein Kostenbeitrag von 15 € erhoben. Bitte geben Sie den Transponder sofort nach dem Zieleinlauf im Zielbereich wieder ab.

Nähere Informationen zu dieser Technik unter [www.stgk.de](http://www.stgk.de)

Auszeichnungen: Jeder Teilnehmer erhält ein Präsent im Zielbereich. In der Grundschule wird Verpflegung (belegte Brote, Kuchen und Getränke) ausgegeben.

Siegerehrung : zirka 12:00 Uhr in der Sporthalle. Altersklassensieger erhalten einen Pokal, die drei Erstplatzierten jeder Altersklasse eine Urkunde.

Umkleiden/Duschen: Turnhalle Grundschule St. Michaelisdonn

Haftung: Für Unfälle, verlorengegangene Gegenstände und Sonstiges wird nicht haftet.

Parkplätze: Bitte beim Netto Markt sowie Regionalschule, Hoper Straße nutzen

Ergebnisse: Im Internet - [www.mtv-st-michaelisdonn.de](http://www.mtv-st-michaelisdonn.de) und [www.stgk.de](http://www.stgk.de)  
Mit der Teilnahme am Lauf erklärt sich jeder Läufer damit einverstanden, dass seine Daten im Internet veröffentlicht werden.  
**Der Lauf wird für den Dithmarschen Cup gewertet.**

