



stadwerke dinslaken **energyrun**2019



MIT GANZ VIEL ENERGIE



RUND UM DIE
BURG UND DURCH
DIE ALTSTADT VON
DINSLAKEN!



31. MÄRZ 2019
AB 10.00 UHR | START/ZIEL:
THEODOR-HEUSS-GYMNASIUM

MIT SPORTLICHER UNTERSTÜTZUNG



Marathon Dinslaken

seit 1981

FÜR ALLE FREUNDE DES LANGSTRECKENLAUFS

STADTWERKE DINSLAKEN UND MARATHON DINSLAKEN LADEN EIN!

Bitte Zeitumstellung beachten!

BAMBINI-MARATHON TOP-APOTHEKE	10.00 UHR 10.05 UHR	380 m, Jungen (2012 und jünger, max. 120 TN) 380 m, Mädchen (2012 und jünger, max. 120 TN)
JUGENDLAUF DIN-SERVICE	10.15 UHR & 10.45 UHR 10.20 UHR & 10.50 UHR	2,5 km, Schüler 2,5 km, Schülerinnen <small>MJ/WJ U16 + U14 u. MK/WK U12 + U10 (M/W A-D 2004-2011)</small>
VOLKSLAUF HELLMICH	11.30 UHR 11.31 UHR	5 km , ohne AK-Wertung (max. 850 TN) 2,5 km Walking* , nur Zeitnahme (max. 100 TN)
HAUPTLAUF STADTWERKE DINSLAKEN	12.30 UHR 1. LAUF 13.30 UHR 2. LAUF	10 km, bis 50 Minuten 10 km, ab 50 Minuten (max. 70 Minuten) <small>Zeiten unter 45 Min. werden im 2. Lauf nicht gewertet. Mit AK-Wertung, MJ/WJ U20 + U18 (2000-2003), Männer/Frauen und AK M/W 30-80 (alle 5 Jahre)</small>

STRECKE DLV-vermessener 2,5 km flacher Rundkurs, mit Start und Ziel am Theodor-Heuss-Gymnasium, Voerder Straße 30, 46535 Dinslaken

ANMELDUNG & INFOS marathon-dinslaken.de

VORANMELDUNG **Bis Sonntag, 24. März 2019**
Der Veranstalter behält sich vor, den Meldeschluss für einzelne Läufe bei zu hoher Beteiligung vorzuziehen. Die ersten **1.000** Voranmelder im Jugendlauf erhalten ein T-Shirt. Die ersten **1.200** Voranmelder im 2,5-, 5- & 10-km-Lauf erhalten ein Funktions-Shirt.

STARTGEBÜHR	2,- Euro	Bambini-Marathon
	3,- Euro	Jugendlauf
	6,- Euro	Walking (kein Nordic-Walking)
	8,- Euro	Volkslauf
	10,- Euro / je Lauf	1. und 2. Hauptlauf, 10 km
	3,- Euro	Chip-Pfand für alle Läufe

NACHMELDUNGEN **Bis 30 Minuten vor dem jeweiligen Lauf möglich** (wenn nicht ausgebucht)
Nachmeldegebühr 2,- Euro

MELDEBÜRO
MENSA THEODOR-
HEUSS-GYMNASIUM

ZEITNAHME
TAF-TIMING-TEAM

SCHULEN &
KINDERGÄRTEN

AUSZEICHNUNGEN

ERGEBNISLISTEN &
ZIELEINLAUFVIDEOS

UMKLEIDEN & DUSCHEN

PARKMÖGLICHKEITEN

MODERATION

BESCHALLUNG

MED. BETREUUNG

SANITÄTSDIENST

BLUTDRUCK (RR)- &
PULSMESSUNG

SPORTBEKLEIDUNG

HAFTUNG

INFORMATIONEN

Nachmeldungen sowie Start-Nr.- und Shirt-Ausgabe.

Sa. 30.03. – 11.00 Uhr bis 13.00 Uhr oder So. 31.03. ab 9.00 Uhr

Nach jedem Lauf: Urkundenausdruck, Start-Nr.-Rückgabe, Pfand-Rückzahlung, Shirt-Ausgabe und Siegerehrung.

Für die Startnummer mit integriertem Chip wird ein Pfand von 3,- Euro erhoben. Auszahlung bei Rückgabe der Startnummer.

Die Start-Nr. und T-Shirts können klassen-/gruppenweise am 28.03. von 17.00 bis 18.00 Uhr bei den Stadtwerken in Dinslaken abgeholt werden.

Jeder Finisher erhält eine Urkunde (direkt nach dem Zieleinlauf).

Pokale für die 3 teilnehmerstärksten Schulen im Jugend-/Bambinilauf.

Preise und Pokale für die 3 Erstplatzierten jeder Altersklasse.

Sonderpreise für die 3 zeitschnellsten Läufer/-innen im ersten 10-km-Lauf.

Preise für die 3 teilnehmerstärksten Gruppen außer Bambinilauf.

(1. Platz 300,- Euro | 2. Platz 200,- Euro | 3. Platz 100,- Euro).

Schnellste Mannschaft (3 Personen) M/W im 10-km-Lauf.

marathon-dinslaken.de

Männer: Theodor-Heuss-Gymnasium, Voerder Straße 30
Frauen: Lehrschwimmbecken Turnhalle, Bismarckstraße 46

Kostenfreier Bus-Shuttle ab Parkplatz Trabrennbahn von 9:00 - 16:00 Uhr

Die Stimme des Langlaufes: Laurenz Thissen

CBB Drive-in-Sound Walter Stahl

Frau Dr. Marina Härter, Allgemeinmedizinerin

Deutsches Rotes Kreuz Dinslaken-Voerde-Hünxe

Im Start-Zielbereich durch das Stadtkrankenhaus St. Vinzenz-Hospital

Sport Birkner, Dinslaken-Hiesfeld, Sterkrader Str. 268

Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Schäden jeglicher Art.

manfred@marathon-dinslaken.de, Mobil: 0163 / 294 57 45

Die Veranstaltung findet bei jeder Witterung statt! (Außer bei Orkanmeldung, Schnee- und Eis-Chaos).

*kein Nordic-Walking; TN = Teilnehmer

VIEL ERFOLG WÜNSCHEN



Marathon Dinslaken

seit 1981

