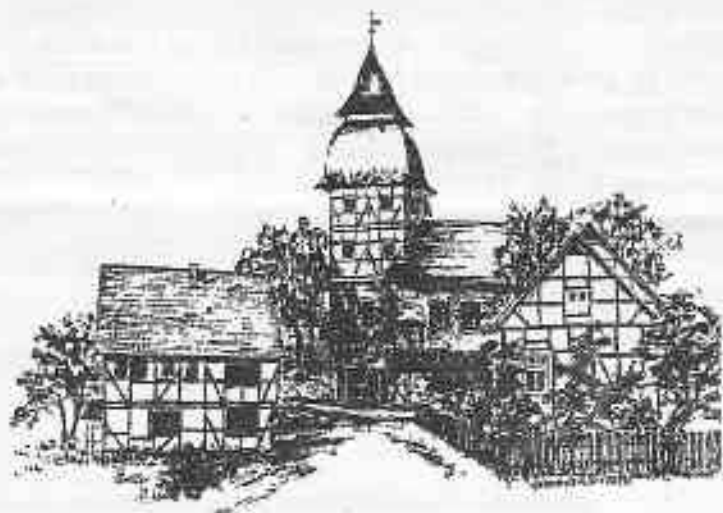




# Panoramalauf

- mit Walking -

am Sonntag, den 21. August 2011  
in Wahlsburg / Vernawahlshausen



**Veranstalter und  
örtl. Ausrichter:**

MTV Vernawahlshausen

Mit freundlicher Unterstützung des  
und der

REWE -- Teams, REWE – Markt, Stiftstraße USLAR  
E.ON - Mitte

**Auskunft und Anmeldung:** Eduard Lange, Uslarerstr. 16,  
37194 Wahlsburg, Tel.: 05571/3745, E-mail: [eduard-lange@t-online.de](mailto:eduard-lange@t-online.de)

# Informationen und Teilnahmebedingungen

## Ausschreibung

**Termin:** Sonntag, 21.08.2011

**Veranstalter und  
örtl. Ausrichter:** MTV Vernawahlshausen

Wettbewerbe	Strecken	Startzeit
Hauptlauf	13.500 m/21,5 km	10.00 Uhr
Bambini Jg. 2004 + jünger	400 m	Diese Läufe werden ab 10,05 Uhr gestartet. Je nach Stärke der Teilnehmerfelder werden mehrere Jahrgangsklassen zusammen gestartet
SchülerInnen D Jg. 02/03	800 m	
SchülerInnen C Jg. 00/01	1200 m	
SchülerInnen B Jg. 98/99	1200 m	
SchülerInnen A Jg. 96/97	1200 m	
Jogginglauf f. Jedermann - männlich	4.000 m	12.00 Uhr
Jogginglauf f. Jedermann - weiblich	4.000 m	
Walking	4.000 m / 7.500 m	

### Start und Ziel:

Auf dem alten Sportplatz in Oberweser-Arenborn an der direkten Verbindungsstraße nach Oberweser-Oedelsheim. Hinweisschilder ab Wahlsburg-Vernawahlshausen beachten.

### Streckenführung:

Die Laufstrecken führen ausnahmslos über unterschiedlich befestigte Waldwege. Sie können nur bedingt mit Spikes belaufen werden.

**Startgeld:** 4,00 EURO, in den Schülerklassen 2,00 Euro

## **Anmeldungen:**

Bis zum 18.08.2011 an Eduard Lange, Uslarerstr. 16, 37194 Wahlsburg, Tel.: 05571/3745, E-Mail: [eduard-lange@t-online.de](mailto:eduard-lange@t-online.de). Nachmeldungen sind ab dem 19.08.11 bis zum Veranstaltungstag möglich. Es wird dann ein um 2,- Euro erhöhtes Startgeld erhoben! Startnummern werden ausgegeben. Sicherheitsnadeln sind mitzubringen.

## **Wertung:**

Schüler – und Hauptlauf werden entsprechend den Regelungen des DLV nach Geschlecht und Alter getrennt gewertet. Beim Jogginglauf (Jugend/Erwachsene) und Walking erfolgt eine Zeitwertung nach Geschlecht.

## **Auszeichnungen:**

Für die Tagesschnellsten werden Sachpreise vergeben. Bei den Bambinis und in den Schülerklassen erhält jeder Teilnehmer eine Urkunde. In den anderen Klassen ist der Wunsch nach einer Urkunde bei Abgabe der Meldung kundzutun. Nach dem offiziellen Meldetermin (18.08.11) gemeldete Teilnehmer haben keinen Anspruch auf einen Sachpreis, bzw. eine Urkunde.

## **Ergebnislisten:**

Werden gegen eine Gebühr von 2,00 EURO nachgesandt (genaue Anschrift bei Abholung der Startunterlagen hinterlegen) oder können im Internet unter [www.HSG-Wesertal.de](http://www.HSG-Wesertal.de) abgerufen werden.

## **Umkleide- und Duschmöglichkeiten:**

In der nahegelegenen (2 km) Mehrzweckhalle (Schwülmethalle) in Vernawahlshausen möglich.

## **Allgemeines:**

Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt. Teilnahme auf eigene Gefahr. Für Unfälle und Diebstahl übernimmt der Veranstalter keinerlei Haftung. Der Sanitätsdienst erfolgt durch den DRK – Ortsverband.

**Parken:** Teilnehmer werden gebeten, den Parkanweisungen der Freiwilligen Feuerwehr Folge zu leisten.

- Herz-Kreislauf-Training
- Rückentraining
- Sportartpezifisches Grundlagen- und Aufbau-Training
- Hydrojet Massagegerät
- Kinesio-Taping-Therapie
- Therapeutisches Muskelaufbau-Training
- Schwimmbad, Sauna, Solarium
- Aquarobic - Bewegungstherapie im Wasser
- Nordic-Walking

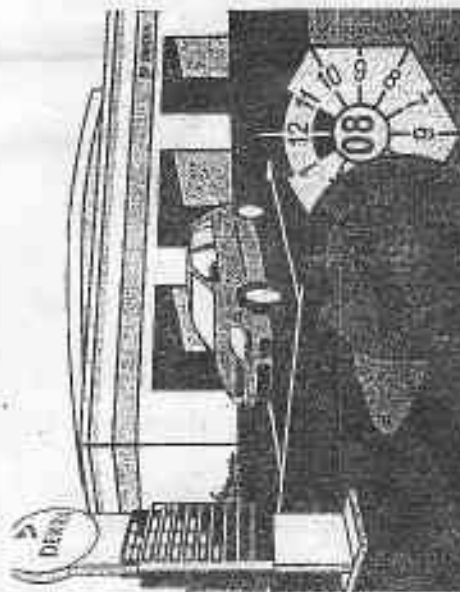
## Fitness- und Gesundheits- training

Dipl.-Sportlehrer  
Trainingstherapeut  
Rückenschullehrer  
Übungsleiter Rehasport  
**Olaf Schwinge**  
www.rehafit2002.de  
e-mail: rehafit2002@aol.com



im Klinik- und  
Rehabilitations-  
zentrum  
Lippoldsberg

Birkenallee 1  
37194 Wahlsburg  
Lippoldsberg  
Tel.: 0 55 72 / 4 12 49  
Fax: 0 55 72 / 94 84 75



## HU und AU fällig? Dann am besten gleich zu DEKRA.

Für Hauptuntersuchung (HU) und Abgasuntersuchung (AU) müssen viele – mit dem PKW, dem Motorrad oder dem Uwe – zum DEKRA kommen und typischerweise werden hier für technische Gründe Platzmangel. Sollte die HU/AU also demnächst nach bei Ihnen Fahrzeug fällig sein, informieren wir die Prüfung gerne für Sie!

Kommen Sie einfach wie wirs vorbei – nach Ihres Vorkommenszeitpunkt!  
Wir sind für Sie da:  
Mo. - Do. 10:00 - 12:00 Uhr + 14:00 - 16:00 Uhr  
Do. 14:00 - 18:00 Uhr, Fr. 14:00 - 16:00 Uhr  
T. Sa. im Monat 10:00 - 15:00 Uhr

DEKRA Automobil GmbH, Günstig, Badenfels  
Düsseld. 12, 47194 Badenfels  
Telefon 033 73 999410

 DEKRA