Bisttal-Runners
Hubert Beck
Derlerstraße 142
Tel. 0177-1702940

66359 Bous

„Mit uns mach Laufen/Walken Spaß“

Einladung zum Freundschaftslauf 2013

Liebe Freunde des Ausdauersports,

zu ihrem 12. Freundschaftslauf am 20. Oktober 2013 laden die **BISTTAL-RUNNERS** recht herzlich ein.

Nach dem Motto **„Lauf mit – bleib fit“** soll unsere Laufveranstaltung wieder jedem Laufsportinteressierten die Gelegenheit bieten, sich in ungezwungener Atmosphäre mit Gleichgesinnten ohne Wettkampfstress bei kostenloser Teilnahme sportlich betätigen zu können.

Es sind Laufstrecken von 6 km, 8 km, 10 km, 12 km sowie 2 Walkingstrecken von 5 km und 7 km durch den schönen Warndtwald vorgesehen.

- Der Start erfolgt gegen 10.00 Uhr ab der Bisttalhalle in Wadgassen/Differten
- Die Lauf- bzw. Walkingzeit beträgt für alle Gruppen 1 Stunde
- Alle Gruppen werden von erfahrenen Läufern begleitet
- Duschen und Umkleidemöglichkeit sind in der Bisttalhalle ausreichend vorhanden
- Die Anfahrt ist innerorts ausgeschildert – Parkmöglichkeit direkt vor der Halle.

Für die Stärkung „danach“ ist bestens gesorgt, so dass wir alle Teilnehmer zum Verweilen und gemütlichen Beisammensein einladen, in deren Verlauf die 3 teilnehmerstärksten Gruppen/Vereine, sowie älteste/r Teilnehmer/in geehrt werden.

Mit sportlichen Grüßen

Ihre Bisttal-Runners aus Wadgassen

"Lauf mit - bleib fit"

beim

12. Bisttal-Runners Freundschaftslauf

am 20. Oktober 2013

in Wadgassen/Differten

- Kein Wettkampfcharakter / Teilnahme kostenlos -

- **Start:** 10.00 Uhr ab Bisttal-Halle in **Differten**
- **Laufstrecken:** 6 km - 8 km - 10 km - 12 km
- **Walkingstrecken:** 5 km und 7 km
- **Lauf/Walkingzeit**: für alle Gruppen 1 Stunde
- Die einzelnen Gruppen werden von erfahrenen Läuferinnen und Läufer begleitet
- Duschen / Umkleide in der Bisttal-Halle Differten
- Ehrungen: 3 teilnehmerstärkste Gruppen/Vereine, älteste/r Teilnehmer/in

Für die notwendige Stärkung danach ist bestens gesorgt!

Auskünfte: Hubert Beck Tel. 0177-1702940

Haftungsausschluss:
Mit seiner Anmeldung versichert der Teilnehmer, dass er auf eigenes Risiko teilnimmt. Er erkennt im Falle von Schäden und Verletzungen aller Art den Haftungsausschluss an und verzichtet auf Rechts- und Schadensersatzansprüche gegen den Veranstalter, es sei denn, es liegen Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit vor. Er erklärt, dass gegen seine Teilnahme keine gesundheitliche Bedenken bestehen.