

Der 11. Remstal-Lauf 2003

Nach dem großen Erfolg und der sehr positiven Resonanz auf unsere Spendenaktion zu Gunsten der DKMS-Deutsche Knochenmarkspenderdatei, beim 10. Remstal-Lauf, haben wir uns entschlossen auch beim 11. Remstal-Lauf einen Teil der Startgelder für einen sozialen Zweck zu spenden.

Über 4.000 Euro konnten wir an die DKMS überweisen.

Dafür ein herzliches Dankeschön an alle Läufer und Spender.

Unter dem Motto "Läufer helfen" wollen wir unsere Spende dieses Jahr Demenz erkrankten Menschen zukommen lassen.

Bei unserem 11. Remstal-Lauf bieten wir folgende Läufe an: 10 km, 5 km, Bambini-Lauf, Remstal-Cup und Inliner-Rennen.

Wir freuen uns auf viele Läufer und Zuschauer beim 11. Remstal-Lauf am **06. April 2003 in Winterbach.**

Sonntag, den 06. April 2003 im Überblick:

Ab	07.30 Uhr	Startnummernausgabe
	09.30 Uhr	Start 10 km
	11.00 Uhr	Start 5 km
	11.45 Uhr	Siegerehrung 10 km und 5 km
	11.45 Uhr	Nordic Walken
	12.45 Uhr	Start Bambinis
	13.30 Uhr	Start Remstal-Cup
	14.00 Uhr	Siegerehrung Bambinis und Remstal-Cup
	15.00 Uhr	Start Inliner im Anschluß Siegerehrung

[Details](#)[Strecken](#)[Helfen](#)[Preise/
Kosten](#)[Infos](#)[Anfahrt](#)**Details**

Termin: Sonntag, den 06. April 2003

Ort: Salierhalle, 73650 Winterbach

Startzeiten:	Remstal-Lauf	10 km	09.30 Uhr
	Jedermannlauf	5 km	11.00 Uhr
	Nordic Walken		11.45 Uhr
	Bambinilauf	0,75 km	12.45 Uhr
	Remstal-Cup	2,5 km	13.30 Uhr
	Inline-Skater		15.00 Uhr

Startnummern: Ab 7.30 Uhr in der Salierhalle

Laufwertungen: Neben den Einzelwertungen bieten wir auch eine Teamwertung beim 10 km-Lauf an.

Team:

1. Drei Läufer/innen bilden ein Team
2. Es ist keine Auswechslung möglich
3. Alle Drei Läufer müssen die 10 km absolvieren
4. Die Läufer müssen vor dem Start gemeldet sein

Veranstalter ist der Förderverein
Freunde der Leichtathletik

[Details](#)[Strecken](#)[Helfen](#)[Preise/
Kosten](#)[Infos](#)[Anfahrt](#)**Strecken**

Remstal-Lauf:

10 km auf der altbekannten, traditionellen und anspruchsvollen Strecke in und um Winterbach. Die Strecke ist in zwei 5 km Runden geteilt.

Jedermannlauf:

Die Laufdistanz beträgt 5 km und verläuft exakt auf der gleichen Strecke wie der 10 km-Lauf.

Remstal-Cup:

Diese Laufserie hatte letztes Jahr Premiere und wird dieses Jahr nochmals durchgeführt. Sie ist für den Läufer Nachwuchs der Jahrgänge 1988 bis 1995 angelegt. Die zu laufende Strecke beträgt 2,5 km.

Bambinis:

Auch unsere Kleinsten sind dieses Jahr wieder dabei. Für die Jahrgänge 1996 und jünger haben wir eine 750 Meter lange Strecke im Programm.

Inliner:

In diesem Jahr gilt bei den Inlinern die aus der Formel 1 bekannte Wertung. Das Rennen endet, wenn der schnellste Läufer die vorgegebene Rundenzahl erreicht hat. Die angebrochenen Runden der anderen Läufer werden beendet. Zusätzlich sind Sprintwertungen eingebaut bei denen es Sachpreise zu gewinnen gibt.

Die Läufe werden in Männer- (15 Runden) und Frauenläufe (12 Runden) aufgeteilt. Die Jugend wird extra gewertet.

Zusätzlich wird es dieses Jahr ein Amateurrennen geben. Dieses Rennen wird über 8 Runden gehen (Amateure = 4 Rollen).

Alle Teilnehmer müssen eine komplette Schutzausrüstung tragen. Diese beinhaltet auch einen Helm.

Läufer helfen

Unter diesem Motto werden wir beim 11. Remstal-Lauf alle Spenden und einen Teil der Organisationsbeiträge Demenz erkrankten Menschen zukommen lassen.

Demenz ist der Oberbegriff für verschiedene Geisteskrankheiten. Erste Anzeichen: Persönlichkeitsveränderungen, erste Störungen des Kurzzeit-, dann des Langzeitgedächtnisses.

In Deutschland sind rund eine Million ältere Menschen davon betroffen.

Am bekanntesten ist die Alzheimer-Krankheit. Die Menschen benötigen eine sehr persönliche Betreuung und sichere Umgebung. Oftmals kann diese Pflege nur in einem speziellen Pflegeheim geleistet werden.

In unserem Pflegeheim in Winterbach wird zur Zeit eine entsprechende Einrichtung gebaut.

Die "erlaufenen Spenden" sollen dazu beitragen, den betroffenen Menschen zu helfen.



Pflegeheim in Winterbach

Remstal-Lauf und Jedermannlauf:

Die Plätze 1-3 jeder Altersklasse erhalten Urkunden und Sachpreise. Auf Wunsch sind in der Salierhalle weitere Urkunden abrufbar.

Remstal-Cup:

Jeder Teilnehmer erhält eine Urkunde und die Plätze 1-3 zusätzlich eine Medaille.

Bambinis:

Alle erhalten eine Urkunde und eine Medaille.

Team:

Pokal und Sachpreise für die besten drei Teams.

Inliner:

Sachpreise für die besten drei Frauen, Männer und Jugendlichen.

Organisationsbeitrag:

Remstal-Lauf	10 km	7 EUR
Jedermannlauf	5 km	3,5 EUR
Bambinilauf	0,75 km	1 EUR
Remstal-Cup	2,5 km	2 EUR
Inline-Skater (Profis)		7 EUR
Inline-Skater (Amateure und Jugend)		5 EUR

Jahrgangseinteilung:

5 km - Lauf		10 km - Lauf	
Klasse	Jahrgang	Klasse	Jahrgang
Schüler/Innen D	94 und jünger	W/M 19	84 und jünger
Schüler/Innen C	92 - 93	W/M 20	79 - 83
Schüler/Innen B	90 - 91	W/M 25	74 - 78
Schüler/Innen A	88 - 89	W/M 30	69 - 73
Jugend B	86 - 87	Weitere 5er	
Jugend A	84 - 85	Schritte bis	
Frauen/Männer	83 und älter	W/M 70	33 und älter

Nordic Walken

Unter diesem Motto bieten wir um 11.45 Uhr eine professionelle Einführung an. Treffpunkt ist der Brunnen vor der Salierhalle (Stöcke werden gestellt).

Anmeldung:

Anmeldungen nehmen wir natürlich gerne unter Beachtung folgender Daten an:

- Überweisen der Organisationsgebühr auf das Konto **17 40 00 07** der Winterbacher Bank (**BLZ 60 06 94 62**)
- Ausfüllen des Anmeldeformulars unter www.remstal-lauf.de

Der Meldeschluss ist der 01.04.2003

Nachmeldungen bis eine Stunde vor Wettkampfbeginn (+ 2 EUR)

Rund um den Remstal-Lauf:

Ökumenische Kurzandacht vor dem 10 km Lauf

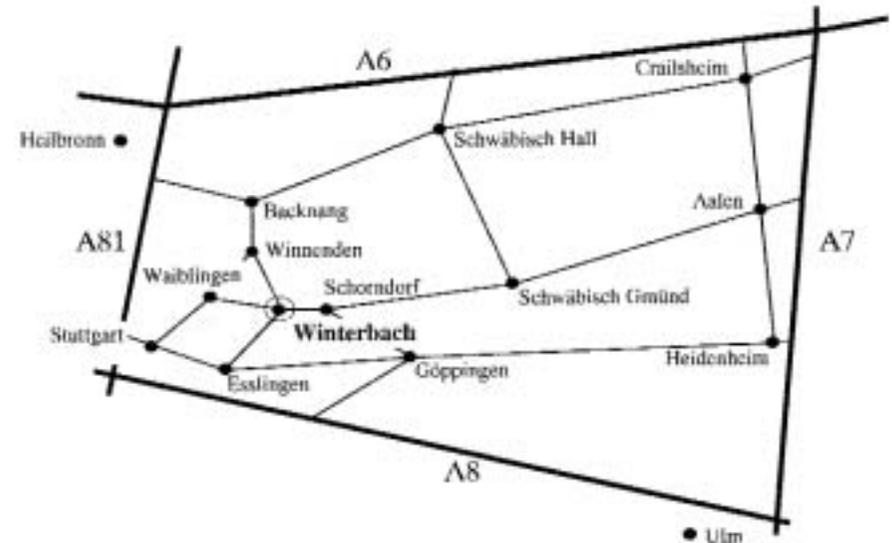
Bewirtung mit warmem Mittagessen, Vesper, Getränken, Kaffee und Kuchen

Keine Haftung bei Diebstählen

Streckenarzt und DRK Winterbach sorgen für die medizinische Betreuung

Die Ergebnislisten am Wettkampftag oder unter www.remstal-lauf.de

Die Anfahrt zum Remstal-Lauf:



Die Anfahrt ist beschildert ab Ortseingang Winterbach
 Parkplätze an der Salierhalle, Bahnhof, Grund- und Hauptschule
 Umkleiden in der Salierhalle, Ballspielhalle, Vereinsheim

Die aktuellen Infos und Bilder vor und nach dem Lauf findet Ihr im Internet

www.remstal-lauf.de

und

bei der Geschäftsstelle des VfL Winterbach

Westergasse 40

73650 Winterbach

Tel: 07181/ 4 15 94

Fax: 07181/ 25 31 89

e-mail: vfl-winterbach@t-online.de