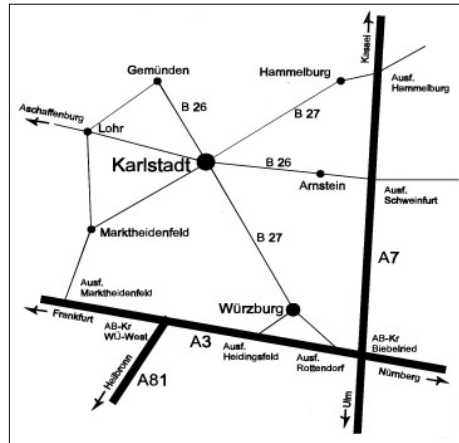
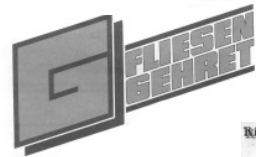


Förderer der Karlstadter Leichtathletik

- Brillen Jandl
Am Schnellertor 4
97753 Karlstadt
- Fliesen Gehret
Echterstr. 97
97753 Karlstadt
- Ristorante Pizzeria Punta del Sud
Am Tiefenweg 5
97753 Karlstadt
- Autohaus Echterstraße
Renault
Echterstr. 71
97753 Karlstadt
- Alfred Maasz
Finanzdienstleistungen
Rückertstr. 3
97753 Karlstadt
09353/ 99886



20. **PUMA**

Stau- Stufen- Lauf



7,5 km Hobbylauf,
15 km Hauptlauf
1000m Bambini-Lauf
2,5 km Schülerlauf
10km Walking

Karlstadt / Main
Samstag, 16. Januar 2010



ACHTUNG: Anmeldung und Siegerehrung in der Turngemeinde – Halle am Sändleinsweg 7

Veranstaltung: 20. PUMA -Staustufenlauf der LG Karlstadt

Tag und Beginn: Samstag, 16. Januar 2010 - 13:00 Uhr

Start und Ziel: Marktplatz Karlstadt

Strecke: flacher, fast durchgehend asphaltierter Weg am Main, Wendepunktstrecke Richtung Gemünden

Teilnahme: Mitmachen kann jeder, Mitgliedschaft in einem Verein ist nicht erforderlich

Meldungen an: Helga Völker, Am Mühlrain 22, 97776 Eußenheim
Fax: 09353 / 99888

oder unter: www.lg-karlstadt.de

Meldeschluss: 14. Januar 2010

alle später eingehenden Meldungen werden mit Nachmeldegebühr verrechnet!

Nachmeldungen: nur bis eine Stunde vor dem jeweiligen Start gegen ein zusätzliche Gebühr v. 2,- EUR möglich

Startgebühren:

Frauen, Männer	7,00 EUR
Jugend	3,50 EUR
Schüler	2,00 EUR

Ergebnislisten:

- Werden unter www.lg-karlstadt.de veröffentlicht
- Können auf Wunsch gegen eine zusätzliche Gebühr von 2,00 EUR zugesendet werden.

Siegerehrung/ Bewirtung: Die Siegerehrungen finden ab 15:30 Uhr in der Halle der Turngemeinde am Sändleinsweg statt.

!!! ACHTUNG !!!

**DIE SIEGEREHRUNG FINDET IN DER HALLE DER TURNGEMEINDE STATT.
DIE HALLE IST CA. 5 GEHMINUTEN VOM MARKTPLATZ ENTFERNT.**

Streckenrekorde (15 km)

Männer:	Oliver Dietz (LG Braunschweig)	46:11 min (2005)
Frauen:	Ulrich, Veronika (LG Neu-Isenburg)	56:22 min (2006)

WETTBEWERBE UND ZEITPLAN

13:00 Halber Staustufenlauf 7,5 km
Frauen, Männer (Jg. 90 u. älter),
weibl. u. männl. Jugend A u. B (Jg. 91-94)
Gesponsert von der Sparkasse Mainfranken Würzburg

13:15 10 km Walking/ Nordic Walking

14:00 PUMA - Staustufenlauf 15 km
Hauptlauf mit Altersklassenwertung ab W 35/ M 40

14:05 Bambini – Lauf 1000 m
Schüler/-innen (Jg. 2001 und jünger)

Gesponsert von DIE ENERGIE
14:20 Schüler – Lauf 2,5 km
Schüler/-innen A,B,C -(Jg. 1995 – 2000)
Gesponsert von DIE ENERGIE

Tombola

Große Los-Tombola mit Sachpreisen im Wert von 2000,- €

Duschen/ Umkleide: Duschmöglichkeiten befinden sich ebenfalls in der Halle der Turngemeinde am Sändleinsweg 7

Parkplätze: Mainparkplatz, unweit von Start und Ziel, oder an der Halle.

Wegbeschreibung: Karlstadt liegt an der B27 u. B26, ca. 25 km nordwestlich von Würzburg. Der Marktplatz liegt im Zentrum der historischen Altstadt

Auszeichnungen: Die Sieger bei den Männern und in den Altersklassen sowie die Siegerin und die Platzierten bei den Frauen erhalten wertvolle Sachpreise der Firma PUMA.
Die Tagesschnellsten bei den Männern und Frauen werden mit Bier der Lohrer Brauerei Stumpf aufgewogen.

Eine Haftung für Sachschäden oder für Diebstähle ist ausgeschlossen. Hiervon ausgenommen ist eine Haftung für grobe Fahrlässigkeit oder Vorsatz.

Besuchen Sie uns im Internet:

www.lg-karlstadt.de