

# **Lauf:** Bambinilauf

**Länge:** 400m

**Startzeit:** 18:00 Uhr

**Keine Startgebühr**

Die ganz Kleinen können hier (natürlich auch mit Mama und Papa) eine kurze Strecke laufen, einfach nur um Spaß zu haben und mit dabei sein zu können. Jeder Bambini ist ein Gewinner!

# Lauf: Schnupperlauf

Länge: 2,5 km

Startzeit: 18:35 Uhr

Startgebühr: 3 €

Der Einsteigerlauf schlechthin. Hier können auch mal spontane Zuschauer zu Teilnehmern werden! Ein Lauf für die jüngeren und auch für diejenigen, die sich kurzfristig zum Laufen entscheiden, ohne vorher viel trainiert zu haben.

Um euch einen fairen Wettkampf um die Preise zu garantieren, werden bei diesem Lauf nur Läuferinnen und Läufer bis einschließlich 15 Jahren in die Ranglistenwertung aufgenommen. Selbstverständlich kann aber auch jeder diesen Lauf mitlaufen!

Voranmeldung möglich !!!

# **Lauf:** Grundschullauf

**Länge:** 1,2 km

**Startzeit:** 18:15 Uhr

**Keine Startgebühr**

Dieser Lauf soll besonders unsere Grundschulen im Stadtgebiet ansprechen, gerne aber auch Schulen von Außerhalb. Alle Klassen und Schüler können hier in einer Klassenwertungen laufen und ihre Sportlichkeit unter Beweis stellen.

Um auch bei diesem Lauf eine faire Wertung und Preisvergabe garantieren zu können, werden bei diesem Lauf nur Teilnehmer bis einschließlich 11 Jahren in die Wertung aufgenommen.

Es gewinnt die Klasse mit den meisten Schülerinnen und Schülern.

# Lauf: Straßenlauf

Länge: 10 km (amtlich vermessen)

Startzeit: 19:15 Uhr

Startgebühr: 6 €

Der Straßenlauf ist ein amtlich vermessener Lauf über 10 km und der 5. Wertungslauf des Volksbanken Nightcup. Der Rundkurs verläuft über vier annähernd gleiche Runden, die wiederholt durch den Ortskern führen und Motivation durch die Zuschauer garantiert.

Die Strecke selber ist flach und asphaltiert.

Voranmeldung möglich !!!

# **Lauf:** Mannschafts- und Feuerwehrlauf

**Länge:** 6 km

**Startzeit:** 20:30 Uhr

**Startgebühr:** 6€

Nicht nur Feuerwehrmannschaften, sondern auch bunt gemischte Mannschaften von Vereinen, Freunden, Organisationen, Ortsteilen uvm., können hier an den Start gehen. Nach dem Startschuss geht es insgesamt 3 Runden über flache und asphaltierte Straßen.

Eine Mannschaft besteht aus jeweils vier Teilnehmerinnen und Teilnehmern. Folgende Wertungen gibt es:

- Einzel
- Mannschaften: männlich, weiblich und MIX

**Voranmeldung möglich !!!**

# Lauf: Firmenlauf

Länge: 6 km

Startzeit: 20:30 Uhr

Startgebühr: 6€

Zu unserem 29. Volks- und Feuerwehrlauf haben wir uns entschlossen, auch einen Firmenlauf in unsere Wertung aufzunehmen.

Dieser findet im Rahmen des Mannschafts- und Feuerwehrlaufes statt und stellt die gleichen Anforderungen an die Teilnehmer. Auch hier bilden vier Läuferinnen und Läufer eine Gruppe und können sich mit der Gesamtzeit ihrer Gruppe platzieren.

Voranmeldung möglich !!!

# Lauf: **Walking**

Länge: **6 km**

Startzeit: **20:30 Uhr**

Startgebühr: **3€**

Ebenfalls parallel zum Feuerwehrlauf starten unsere Walker. Allerdings starten sie aus den hinteren Reihen des Startfeldes, um die 6 km- Läuferinnen und Läufer nicht zu stören.

Unsere Walker können sich auf eine tolle 6 km- Tour freuen, bei der sie sowohl etwas vom schönen Oesterweg sehen, als auch einfach die ländliche Natur genießen können.

**Voranmeldung möglich !!!**