27. Bensberger Frauenlauf *„Rund um den Saaler See“*

Mutter - Tochter - Wertung !

8. Ladies Walking Day 4. Girlies Fun Run

Freitag, 22. Juni 2012

Veranstalter	**TV Refrath** *Leichtathletik* & **TS79** Bergisch Gladbach *Triathlon*
Leitung und Info	Jochen Baumhof 02207 / 5987 Jochen.Baumhof@lauf-lauf.com Klaus Weyer 02202 / 7276 kdweyer@netcologne.de
Startzeiten	**18:00 h Ladies Walking / Nordic Walking 7,5 km** **18:10 h Girlies Fun Run - 1,3 km** (Schülerinnen bis Jg. 1996) **18:30 h Frauenlauf Kurzstrecke 5,8 km** (ohne Sollzeit) **19:30 h Bensberger Frauenlauf 10 km** (Sollzeit 80 min)
Startgeld	Frauenläufe und Walking / Nordic Walking je 10,- € Girlies Fun Run (Mädchen bis 16 Jahre) 5,- € Nachmeldegebühr 2,- € (1,- € for Girlies only)
Auszeichnungen	**jedeTeilnehmerin** erhält eine schöne **Urkunde**, eine langstielige **Rose** und ein Überraschungspräsent

→ **alle Damen haben anschließend freien Eintritt in die Therme der Wellness-Oase MEDITERANA**

Voranmeldungen bis Montag, 18. Juni 2012

Meldungen	**online** unter **www.tvr-running.de** oder schriftlich an TS 1879 Bergisch Gladbach e. V. Postfach 20 08 70 51438 Bergisch Gladbach per Fax an : 02202 / 9528 –70 oder bei **INTERSPORT Haeger in Bensberg**
Start / Ziel	direkt am Saaler Seeufer – unterhalb vom Mediterana
Strecke Laufen	flacher Rundkurs im waldreichen Naherholungs Gebiet
Strecke Walking	abwechslungreiche Runde mit einer Steigung im Lerbacher Wald
Womans Zone	Umkleidezelt am Start, Kinderbetreuung, Kuchentheke, Musik
Duschen	**im Mediterana mit freiem Eintritt in Therme**
Verpflegung	**Carboo4U** Getränkeverpflegung auf der Strecke und im Ziel
Siegerehrung	jeweils die ersten 6 Damen über 5,8 und 10 km im Ziel-Einlauf Girlies Fun Run – geehrt werden die jeweils Jahrgangsbesten Walking / NW: keine Ehrung - Urkunde ohne Zeitangabe für alle
Ergebnisse und Online-Urkunden	**www.tvr-running.de**
Anfahrt	über die A4 Abfahrt Bensberg - B55 Richtung Bensberg - nach ca. 1 km links - **Hinweisschild „Mediterana“** folgen oder mit der KVB Linie 1 bis Haltestelle Frankenforst - ca. 500 m Fußweg zum Seeufer unterhalb Mediterana

ANMELDUNG - online: tvr- running.de

☐ **1,3 km Girlies Fun Run**

☐ **7,5 km Ladies Walking Day**

☐ **5,8 km Bensberger Frauenlauf**

☐ **10 km Bensberger Frauenlauf**

(bitte deutlich in Blockschrift ausfüllen)

Name _____

Vorname _____

Straße _____

PLZ _____ **Wohnort** _____

Verein _____ **Geburtsjahr** _____

Mail-Adresse _____

einmalige Einzugsermächtigung (Anmeldevorausetzung)

Konto-Inhaber _____

BLZ _____ **Institut** _____

Konto-Nr _____

Datum _____ **Unterschrift** _____

per Fax an : 02202 / 9528 – 70

per Post an : TS 1879 Bergisch Gladbach
Postfach 20 08 70
51438 Bergisch Gladbach

Haftungsausschluß: Die Teilnahme an der Veranstaltung erfolgt auf eigene Gefahr. Für Unfälle, Diebstähle und sonstige Schäden übernimmt der Veranstalter keine Haftung.