

4. Vereins - Nikolauslauf 2019

19-11-2019 16:10

Liebe Eltern, liebe Kinder, liebe Sportler,

das Jahr neigt sich wieder dem Ende entgegen, und zum Jahresausklang möchte der Verein mit unseren großen und kleinen Sportlern aller Gruppen kurz vor dem Nikolaustag den vierten Paarlauf veranstalten. Am 02.12. ab 16:45 Uhr wird dafür im Paul Greifzu Stadion das **Flutlicht** angeschaltet.

Wir trennen wieder den Nachwuchs (1/2 Stunde) und die Lauf-Walkingspezialisten, bzw. die Sportfreunde, die sich dafür halten ;-) (Stundenlauf).

Zum Ablauf:

- Ab 16:45 Uhr gemeinsame Erwärmung . . . letzte Nachmeldungen der Kleinen . . . Ab 17:30 Uhr Anmeldung der „Profis“ und Walker
- Gegen 17:00 Uhr ist der Start zum **Halbstundenpaarlauf** und gegen 18:00 Uhr ist der Start zum **Stundenpaarlauf / Walking**
- Läufer, Walker, Poweroldies, Jugendliche und unsere Kinder, aber auch Eltern, Großeltern und Geschwister, die sehr gut laufen oder walken können oder es einfach mit uns versuchen möchten, starten als Paar / 400m abwechselnd . . .

Für das leibliche Wohl wird auch gesorgt. Gegen einen kleinen Eigenbeitrag gibt es Bockwurst, Kaffee, Kuchen und andere leckere Sachen . . .

Abschließend finden die **Ehrungen** für alle erstplatzierten Nachwuchs- Sportler in den verschiedenen Altersgruppen statt.

Erfahrene Kampfrichter stellen die Leistung aller Starter fest . . . und die Eltern helfen sicher gerne, wenn sie nicht selbst teilnehmen.

Die Übungsleiter erklären in den Nachwuchsgruppen, wie der Wettbewerb funktioniert und melden bitte vorab die startenden Paare.