

LAC EICHSFELD



# 1 DINGELSTÄDTER OSTERLAUF

barrierefrei

## Anfahrt

Von Osten/Norden: über A38 bis Leinefelde dann auf B247 nach Dingelstädt

Von Westen :über A38 bis Heiligenstadt dann auf L1005 nach Dingelstädt

Von Süden: über B247 bis Dingelstädt



## WIR FREUEN UNS AUF EUCH!



Im Rahmen des Bundesprogramms



Demokratie leben!



Freistaat Thüringen



Ministerium für Bildung, Jugend und Sport



Thüringer Landesprogramm für Inklusion, Teilhabe und Bestehendes



Partnerschaft für Demokratie im Eichsfeld

## Haftungsausschluss

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung. Für Diebstahl und sonstige Schäden wird keine Haftung übernommen. Es wird vorausgesetzt, dass jeder Teilnehmer/-in in einem ausreichendem Trainings- und Gesundheitszustand an den Start geht. Der LAC speichert die bei der Anmeldung angegebenen Daten und veröffentlicht diese in der Ergebnisliste. Gleiches geschieht mit beim Osterlauf gefertigten Fotos und Filmaufnahmen. Es besteht kein Anspruch auf Entgelt bei einer Veröffentlichung. Mit der Bezahlung des Startgeldes werden die Ausschreibungsbedingungen anerkannt.

## Von LÄUFERN für LÄUFER flach, schnell & bestenlistenfähig

# 31. März 2018



**Info** Nachdem im August 2017 der Kanonenbahnradweg von Dingelstädt nach Küllstedt fertiggestellt wurde entstand für uns Läufer\*innen eine sehr flache Laufstrecke. Schnell kamen wir zu dem Entschluss, auf dieser Strecke einen Wettkampf zu organisieren.

Die alte Bahnstrecke, die am Ende des 19. Jahrhunderts gebaut wurde, entstand mit der Auflage, keine Steigung über 1 % einzubauen. Da eine Bahnstrecke keine engen Kurven hat, hat sie schon 2 Vorteile für eine schnelle Laufstrecke. Start und Ziel befinden sich am Bahnübergang in der Dingelstädter Bahnhofstraße.

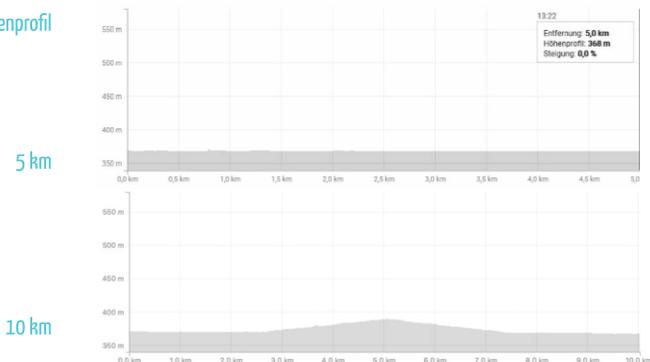
Die Strecken des Osterlaufs sind mit 2 Hm auf 5 km und weniger als 20 Hm auf 10 km sehr flache Wendepunktstrecken, die entlang des Bahngleises auf einem komplett asphaltierten und sehr windgeschützten Radweg verlaufen. Desweiteren wird es für die Kinder und Jugendlichen eine 1km und 3km Strecke und für die Allerjüngsten einen Baminilauf geben.

Die 3 km, 5 km und 10 km Strecken wurden vom DLV-Vermesser offiziell nach DLV/IAAF-Norm vermessen. Somit sind sie bestenlistenfähig. Außerdem wird eine Halbmarathonstrecke vermessen, die dann wenn Interesse besteht in den nächsten Jahren als Wettkampfstrecke in die Veranstaltung eingebunden wird.

#### Inklusionslauf

Die Veranstaltung wird als Inklusionswettkampf durchgeführt, daß heißt Sportler\*innen mit und ohne Handicap laufen gemeinsam die ausgeschriebenen Laufstrecken. Auf der 5km und 10km Strecke gibt es eine eigene Wertung nach den Startklassen des DBS.

#### Höhenprofil



#### Streckenplan



**Datum** 31.03.2018

**Veranstalter** LAC Eichsfeld

**Start und Ziel** Bahnübergang Bahnhofstr. Dingelstädt

**Anmeldung** [www.lac-eichsfeld.de](http://www.lac-eichsfeld.de)  
[info@lac-eichsfeld.de](mailto:info@lac-eichsfeld.de)  
Anmeldeschluss 28.03.2018

**Nachmeldung** Nachmeldungen sind bis 45 min. vor dem Start möglich.  
Nachmeldegebühr 2,00 €

**Laufstrecken & Startzeiten**

12:50 Uhr	1 km	u10/u12
13:00 Uhr	3 km	ab u10 - u18
13:30 Uhr	5 km	ab u12 - Senioren
14:15 Uhr	10 km	ab u16 - Senioren
14:20 Uhr	Baminilauf	

**Startgebühr**

1 km:	1,00 €
3 km:	3,00 €
5 km:	6,00 €
10 km:	8,00 €
Baminilauf:	frei

**Wertung**

**Gesamtwertung** Gesamtsieger m/w aller Läufe erhalten Pokale

**Altersklassenwertung** Sieger AK erhält Pokal, die Platzierten eine Urkunde

**Mannschaftswertung** (je 3 Läufer\*innen eines Vereins, nur beim 10km Lauf) Siegermannschaft w/m erhält Pokal, die platzierten Mannschaften eine Urkunde

**Paralauf** (5 km + 10 km) Gesamtwertung/ Startklassenwertung m/w des DBS

**Baminilauf** keine Zeitnahme und Platzierung, jeder Teilnehmer erhält eine Medaille.

#### Umkleiden, Duschen, Startunterlagen & Nachmeldungen:

befinden sich in der Sporthalle der Grundschule am Steinufer, ab 11:45 Uhr

#### Parken

Triftweg (vor Grundschule), Regelschule (Bahnhofstraße), alter Lidl-Parkplatz (Eduard-Schweikert-Str.)

Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt.