

KOMM MACH MIT BEIM NIKOLAUSLAUF IN FORCHHEIM

Die Sportinsel ruft die regionalen Läufer zum traditionellen Nikolauslauf am Samstag 1. Dezember. Auch wir sind in diesem Jahr wieder mit dabei. Im Ziel wartet eine kleine Belohnung auf alle teilnehmenden Kinder. Für Verpflegung ist vor Ort bestens gesorgt. Abfahrt in Ebs ist um 10:30 am Busbahnhof. Es werden Fahrgemeinschaften gebildet. Die Kinder können auch direkt auf die Sportinsel in Forchheim gebracht werden. Sie sollten dann eine halbe Stunde vor dem Start anwesend sein. Wechselschuhe, Handschuhe, Mütze und Kleidung nach dem Zwiebelprinzip sind empfehlenswert. Das Zelt ist beheizt.

11:20 Uhr	Kinder U10, 1250m	m/w 8,9 Jahre
11:40 Uhr	Kinder U12, 1250m	m/w 10,11 Jahre
12:00 Uhr	Kinder U14, 1250 m	m/w 12,13 Jahre
12:20 Uhr	Bambinilauf, 560m	7 Jahre und jünger
13:00 Uhr	Kinder U16, 2980m	m/w 14/15 Jahre
13:00 Uhr	Jugend U18 / U20, 5320 m	m/w U18 / U20
13:00 Uhr	Hobbylauf, 5320m	ohne AK Wertung

Bitte im Training abgeben oder per mail melden an E.Schwanda@t-online.de



Ja, ichJahrg.....nehme teil

Wir fahren selbst auf die Sportinsel

Ich/ Wir möchte(n) mitfahren

Weitere Infos auf unserer Homepage oder direkt bei der LG Forchheim

www.leichtathletik-ebermannstadt.de www.lg-forchheim.de