

9. Geestlauf

am Sonntag, 25. Oktober 2009 in Stuhr - Fahrenhorst

Erster Lauf der Hansa-Cup-Laufserie: Geestlauf, Crosslauf im Fackelschein und Silvesterlauf.

Wir laden alle Läuferinnen und Läufer zum 9. Geestlauf ein. Lernen Sie die schöne Landschaft kennen, auf der Runde "Fahrenhorst - Ristedt - Leerßen - Nordwohld - Fahrenhorst".

Wettbewerbe:

Nr.	Klassen	Strecke	Start	Jg
1.	Männer, HK, M40...70 u.ä	Halb-marathon	10:00	89 u.ä
2.	Frauen, HK, W35...60 u.ä.		10:00	89 u.ä
3.	Männer, HK, M40...70 u.ä	10 km	10:00	89 u.ä
4.	Frauen, HK, W35...60 u.ä.	10 km	10:00	89 u.ä
5.	Männl./weibl. Jugend	10 km	10:00	90 / 93
6.	Sch/i A	10 km	10:00	94 / 95

Die Strecken sind nicht amtlich vermessen!

Keine Mannschaftswertungen !

Zielschluss: 12:30 Uhr

Meldungen: Wir bitten um Online-Anmeldung !!!

Bis zum **18.10.2009 (Eingang)** an:

Jan Neubauer, Yorckstr. 40, 28201 Bremen

Fax: 03212-10 22 300 (12,4 Cent/min -web.de AG-)

Anmeldungen sind nur per Online-Anmeldung

(www.lc-hansa-stuhr.de) mit gleichzeitiger Erteilung einer einmaligen Einzugsermächtigung oder per beiliegendem Anmeldeformular mit gleichzeitiger Erteilung einer einmaligen Einzugsermächtigung, per Post oder Fax möglich. Meldungen ohne unterschriebene Einzugsermächtigung können nicht bearbeitet werden. Eingehende Meldungen nach dem 18.10. werden wie Nachmeldungen behandelt (+2 €). Bei Nichtantritt erfolgt keine Erstattung des Organisationsbeitrages.

Nachmeldungen: ab dem 18.10. und Meldungen am Veranstaltungstag: Nachmeldegebühr **+2 €**

Meldegeld: Wettbewerb 1 und 2 je 9 €
Wettbewerb 3 und 4 je 6 €
Wettbewerb 5 und 6 je 4 €

Strecken: Jeweils 1 Runde durch Wald und Feld. Streckenprofil wellig, max. 30m Höhenunterschied. Über 80 % Wirtschaftswege ohne festen Belag.

Siegerehrung: Pokale bzw Sachpreise für die Sieger/innen der aufgeführten Wettbewerbe und AK Sieger/innen. Urkunden Platz 1 bis 3. Alle Sch/i erhalten vor Ort Urkunden (werden aber nicht nachgeschickt).

Hansa-Cup: In der Herren- und Damenklasse erhält die beste Läuferin / der beste Läufer, ermittelt auf den Langstrecken (Geestlauf Halbmarathon; Crosslauf Langstrecke; Silvesterlauf 13,5 km) durch Addition der Platzziffern, den Hansa-Cup-Pokal und weitere Präsente. Die Ehrung erfolgt unmittelbar nach Abschluss des Silvesterlaufes.

12. HANSA – Crosslauf

am Samstag, 21. November 2009 in Stuhr - Fahrenhorst

Zweiter Lauf der Hansa-Cup-Laufserie

Crosslauf unter Flutlicht und mit Fackelbeleuchtung!

Der Erlebnislauf auf gut ausgeleuchteter Strecke. Wir erwarten spannende Wettkämpfe im Bradenholz.

Wettbewerbe:

Nr.	Klassen	Strecke	Start	Jg
1.	Männer, HK, M40-70 u.ä	8500 m	18:00	89 u.ä
2.	Frauen, HK, W35-60 u.ä.	8500 m	18:00	89 u.ä
3.	Männer, HK, M40-70 u.ä	2850 m	17:30	89 u.ä
4.	Frauen, HK, W35-60 u.ä.	2850 m	17:30	89 u.ä
5.	Männliche Jugend A	2850 m	17:30	90 / 91
6.	Weibliche Jugend A	2850 m	17:30	90 / 91
7.	Männliche Jugend B	2850 m	17:30	92 / 93
8.	Weibliche Jugend B	2850 m	17:30	92 / 93
9.	Schüler A	2850 m	17:30	94 / 95
10.	Schülerinnen A	2850 m	17:30	94 / 95
11.	Schüler B	2850 m	17:30	96 / 97
12.	Schülerinnen B	2850 m	17:30	96 / 97

Bei den Streckenlängen sind geringfügige Änderungen vorbehalten. Keine Mannschaftswertungen !

Meldungen: Wir bitten um Online-Anmeldung !!!

Bis zum **14.11.2009 (Eingang)** an:

Jan Neubauer, Yorckstr. 40, 28201 Bremen

Fax: 03212-10 22 300 (12,4 Cent/min -web.de AG-)

Anmeldungen sind nur per Online-Anmeldung

(www.lc-hansa-stuhr.de) mit gleichzeitiger Erteilung einer einmaligen Einzugsermächtigung oder per beiliegendem Anmeldeformular mit gleichzeitiger Erteilung einer einmaligen Einzugsermächtigung, per Post oder Fax möglich. Meldungen ohne unterschriebene Einzugsermächtigung können nicht bearbeitet werden. Eingehende Meldungen nach dem 14.11. werden wie Nachmeldungen behandelt (+2 €). Bei Nichtantritt erfolgt keine Erstattung des Organisationsbeitrages.

Nachmeldungen: ab dem 14.11. und Meldungen am Veranstaltungstag: Nachmeldegebühr **+2 €**

Meldegeld: Wettbewerb 1 bis 2 je 6 €
Wettbewerb 3 bis 8 je 4 €
Wettbewerb 9 bis 12 je 2 €

Strecken: Forstwege & Rasen, auch mit Spikes gut zu belaufen.

Siegerehrung: Urkunden Platz 1 bis 3, Sachpreise für Herausragende Leistungen. Alle Sch/i erhalten vor Ort Urkunden (werden aber nicht nachgeschickt).

33. Silvesterlauf

am Mittwoch, 31. Dezember 2009 in Stuhr - Fahrenhorst

Dritter Lauf der Hansa-Cup-Laufserie

Liebe Volksläuferinnen und Volksläufer ! Zum dreißigsten Mal laden wir euch herzlich zum traditionellen Silvesterlauf in Fahrenhorst ein.

Wettbewerbe:

Nr.	Klassen	Strecke	Start	Jg
1.	Männer, HK, M40...70 u.ä	13,5 km	13:40	89 u.ä
2.	Frauen, HK, W35...60 u.ä.	13,5 km	13:40	89 u.ä
3.	Männer, HK, M40...70 u.ä	9,5 km	13:40	89 u.ä
4.	Frauen, HK, W35...60 u.ä.	9,5 km	13:40	89 u.ä
5.	Männer, HK, M40...70 u.ä	4,5 km	13:30	89 u.ä
6.	Frauen, HK, W35...60 u.ä.	4,5 km	13:30	89 u.ä
7.	Männliche Jugend A/B	4,5 km	13:30	90 / 93
8.	Weibliche Jugend A/B	4,5 km	13:30	90 / 93
9.	Schüler M15...M10	4,5 km	13:30	94 / 99
10.	Schülerinnen W15...W10	4,5 km	13:30	94 / 99
11.	Walking / Nordic-Walking*	9,5 km	13:30	alle

*Die Strecke wird entgegengesetzt der Laufrichtung zurückgelegt

Keine Mannschaftswertungen !

Schüler und Schülerinnen ohne Jahrgangswertung!

Zielschluss: 15:30 Uhr

Meldungen: Wir bitten um Online-Anmeldung !!!

Bis zum **24.12.2009 (Eingang)** an:

Jan Neubauer, Yorckstr. 40, 28201 Bremen

Fax: 03212-10 22 300 (12,4 Cent/min -web.de AG-)

Anmeldungen sind nur per Online-Anmeldung

(www.lc-hansa-stuhr.de) mit gleichzeitiger Erteilung einer einmaligen Einzugsermächtigung oder per beiliegendem Anmeldeformular mit gleichzeitiger Erteilung einer einmaligen Einzugsermächtigung, per Post oder Fax möglich. Meldungen ohne unterschriebene Einzugsermächtigung können nicht bearbeitet werden. Eingehende Meldungen nach dem 24.12. werden wie Nachmeldungen behandelt (+2 €). Bei Nichtantritt erfolgt keine Erstattung des Organisationsbeitrages.

Nachmeldungen: Möglichst keine Nachmeldungen! Denken Sie bitte an die ehrenamtlichen Mitarbeiter, die am Silvesterabend und am Neujahrstag die Auswertung der Veranstaltung vornehmen. Im Ausnahmefall bis zu 1 Stunde vor dem Start möglich, ab dem 24.12. und Meldungen am Veranstaltungstag + **2 €**

Meldegeld: Wettbewerb 1+2 je 10 € / Wettbewerb 3+4 je 8 €
Wettbewerb 5+6+11 je 6 € / Wettbewerb 7-10 je 4 €

Strecken: 4,5 km - Rundkurs auf Feld- und Waldwegen mit ca. 500 m Asphalt
9,5 km - Ein großer Rundkurs mit ca. 2 km Asphalt.

Siegerehrung : Preisgelder zahlen wir nicht ! Ehrenpreise für die Sieger/innen der aufgeführten Wettbewerbe und weitere herausragende Leistungen. Ehrung des Siegers und der Siegerin der Hansa-Cup-Laufserie