

ANMELDUNG

Per Mail an: alfons.ebnet@t-online.de
(Name, Alter, Verein, Streckenwunsch, Mailadresse)

Nach der Anmeldung wird eine gesonderte Rechnung an die angegebene Mailadresse verschickt.

Die Anmeldung erhält Gültigkeit erst nach Überweisung des Rechnungsbetrags.

Mitglieder der beiden Partnervereine erhalten einen Preisnachlass von 20 %.

STRECKENCHECK

Es werden Termine in den Monaten Mai und Juni angeboten. Treffpunkt immer am Vereinsheim des TSV Bernhardswald.

Genauere Termine sowie die jeweilige Laufstrecken werden zeitgerecht auf unserer Homepage kommuniziert.

www.sommerlauf.net



PROMOTION UND SPONSORING



Ein Stück Sicherheit.

Christine Eschl



Abteilung Ski und Orientierungslauf
TSV Bernhardswald



Bernhardswalder Sommerlauf

Trail Run Meeting 07.07.2019

LAUF UND **BERG**
KÖNIG

PEPPEX  **SPORTS**



DIRNBERGER

 **Raiffeisenbank**
Regensburg-Wenzenbach eG

präsentieren unsere Angebote

TRAIL-RUN

Master: 26,4 Kilometer mit 900 Hm
Expert: 16,4 Kilometer mit 600 Hm
Experience: 10,0 Kilometer mit 300 Hm
Newcomer: 5,0 Kilometer mit 120 Hm
(Strecken 95 % Wald, je eine Runde)

WALDLAUF

10 Kilometer Strecke anspruchsvoll mit ca. 120 Hm.

FÜR UNSERE BAMBINI

Labyrinth-Sprint

SERVICE

Gelände:

Bayerischer Vorwald, anspruchsvolle Hügellandschaft im Kreuther Forst mit verschlungenen Pfaden und schmalen Wegen, bestens markierte Strecken mit Streckenposten an neuralgischen Punkten.

Logistikzentrum:

Vereinsheim des TSV Bernhardswald mit Gastronomie innen und außen, sowie 4 Umkleidekabinen mit ausreichend Duschkabellen. Musik und familiäre Atmosphäre; Parkplätze nahebei; Biergarten, Kaffee und Kuchenbuffet, Grill Speisen;

Versorgung:

Mehrere Versorgungspunkte auf den Strecken mit Getränken und Verpflegung (Obst, kleine Läufertüten);
Schlussversorgung nach dem Zieleinlauf;

Streckenführung:

Professionell, durchgehende Markierung, Guides auf den Strecken;
Sanitätsversorgung durch die Johanniter.

STARTGEBÜHREN

Master:	25 €	Newcomer:	8 €
Expert:	20 €	Waldlauf:	15 €
Experience:	15 €	Labyrinth-Sprint:	0 €

SIEGEREHRUNG

Die 3 zeitschnellsten Männer und Frauen; zusätzlich die zeitschnellsten Junioren, Senioren 1 (40-55) und Senioren 2 (56 +); jeweils Frauen und Männer.

Labyrinth-Sprint:

Mitmachmedaille für alle erfolgreichen Teilnehmer

PARTNERVEREINE

LLC Marathon;



OLG Regensburg



Bernhardswalder
ck deinen T