

# 59. Silberseelauf/8. LAC Volkslauf



am Sonntag, dem **04. Februar 2024** in Langenhagen und übersenden folgende Ausschreibung:

## Wettbewerbe und Reihenfolge:

|                  |   |  | Jahrgänge                             |
|------------------|---|--|---------------------------------------|
| 10:45 Uhr        | Bambinilauf                                   | Ca. 300m                                       | 2017 und jünger                       |
| 11:00 Uhr        | U10 + U 12 M/W Kinder                         | Ca. 1.300m (1 Runde)                           | 2013 – 2016                           |
| 11:30 Uhr        | U12 + U14 + U16 + U18 + U20<br>Männer /Frauen | Ca. 2.600m (2 Runden)                          | 2005 – 2014<br>2004 und älter         |
| 11:35 Uhr        | Walking                                       | Ca. 2.600m (2 Runden)                          |                                       |
|                  |   |  |                                       |
| 12:00 Uhr        | U14 + U16 + U18 + U20<br>Männer/Frauen        | Ca. 3.900m (3 Runden)<br>„Mittelstrecke“       | 2005- 2012<br>2004 und älter          |
|                  |   |  |                                       |
| <b>13:00 Uhr</b> | <b>U16 + U18 + U20<br/>Männer/Frauen</b>      | <b>Ca. 7.800m (6 Runden)<br/>„Langstrecke“</b> | <b>2005 – 2010<br/>2004 und älter</b> |

Die Läufe werden als Einzelwettbewerb, die Mittel- und die Langstrecke auch als Mannschaftswettbewerb durchgeführt.

Die Veranstaltung findet im Naturbad Silbersee statt. Es liegt ca. 1,5 km von der Autobahnabfahrt Hannover – Bothfeld / Langenhagen Ost (Richtung Langenhagen) entfernt (2. Parkplatz links).

Endstation Straßenbahn Linie 1 (ca. 700 m).

Die Rundstrecke führt durch Sandstrand, über Rasen und auf Wegen. Das Tragen von Nagelschuhen ist möglich.

Die Wettbewerbe werden nach den „Internationalen Wettkampfbestimmungen für Leichtathletik (DLO / IWR)“ ausgetragen. Die Veranstaltung trägt die Nummer 24V09000335060000

**Umkleideräume und Duscmöglichkeiten stehen nicht zur Verfügung**

**Meldungen** bis 30 Minuten vor Beginn des Wettbewerbs ausschließlich **online** möglich

Online: [Silberseelauf](#) (Bankeinzug)

Meldegebühren: Frauen/Männer: 10,00 €  
Schüler+Jugendliche: 5,00 €

Für die Teilnahme am Bambini- und Kinderlauf über 1300m (1 Rd, Start 11.00 Uhr) werden online keine Meldegebühren erhoben.

**Pokale:** gibt es auf der Mittel- und Langstrecke für die schnellste Frau, den schnellsten Mann, für die schnellste Frauenmannschaft / Männermannschaft (Mittel- und Langstrecke)

**Sachpreise:** auf der Mittel- und Langstrecke für die Plätze 1-3 Frauen / Männer

**Siegerehrung:** für die Plätze 1- 3. werden Urkunden während der Siegerehrung überreicht

Die für die Durchführung der Veranstaltung notwendigen Datenschutzbestimmungen sind mit der Anmeldung anzuerkennen.

Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Unfälle, Diebstahl oder sonstige Schadensfälle