

36. Müngstener Brückenlauf

Zum 36. Mal richtet der Solinger Leichtathletikclub am Samstag, den 07. November 2009 seinen traditionellen Müngstener Brückenlauf aus. Die bekannte, reizvolle, aber auch anspruchsvolle Strecke führt durch die Wupperberge vorbei an der Müngstener Brücke. Wir wünschen allen Teilnehmern viel Erfolg und einen angenehmen Aufenthalt in Solingen, an der höchsten Eisenbahnbrücke Deutschlands.

Laufstrecke: Die Laufstrecke ist zunächst asphaltiert und führt dann über befestigte Waldwege. Die 10 km und 5,75 km sind Wendepunktstrecken.
Die Schülerklassen laufen auf der Herbert-Schade - Sportanlage
Das Tragen von Spikes wird mit Ausnahme der Schülerklassen nicht empfohlen!

Teilnehmer: Offen für jeden trainierten Läufer

Einteilung:	Jahrgang	Strecke	Startzeit
Schüler/innen C	1998/99	1500 m	14.00 Uhr
Schüler/innen B	1996/97	1500 m	14.00 Uhr
Schüler/innen A	1994/95	1500 m	14.00 Uhr
Männl. Jugend B	1992/93	5750 m	14.40 Uhr
weibl. Jugend B	1992/93	5750 m	14.40 Uhr
Männl. Jugend A	1990/91	5750 m	14.40 Uhr
Weibl.. Jugend A	1990/91	5750 m	14.40 Uhr
Männer Haupt- und Altersklasse	ab 1989	10000 m	14.30 Uhr
Frauen Haupt- und Altersklasse	ab 1989	10000 m	14.30 Uhr
Jedermannlauf	ohne Klasseneinteilung	5750 m	14.40 Uhr

Meldung an: Solinger LC
Postfach 10 03 42
42603 Solingen
Telefon 0212/40281 (Anrufbeantworter)
Fax 0212 /2267292
Email: info@solinger-lc.de
Weitere Info unter www.solinger-lc.de

Meldeschluss: 3. November 2009 (Datum des Poststempels)

Meldung Einzelläufer Name, Vorname, Jahrgang, Anschrift oder Verein
und Streckenangabe

Wertung: Einzelwertung in jeder Klasse

Auszeichnung: Jeder Teilnehmer erhält eine Urkunde.
Pokale für Klassensieger
Einen Sonderpokal erhalten die schnellste Läuferin und
der schnellste Läufer des 10 km Laufes
Sachpreise für die Sieger der Schülerklassen A - B - C
Die Ergebnisliste kann im Internet eingesehen werden.

Meldegebühr:	Schüler	3,00 €
	Jugend	4,50 €
	Frauen/Männer	6,50 €
	Nachmeldung	1,00 €
	Ergebnisliste	2,00 €

Zahlung des Startgeldes bei Abholung der Startunterlagen

Startkartenausgabe und Nachmeldung: Ab 12.30 Uhr auf der Herbert - Schade-Sportanlage bis 30 Minuten vor dem Start

Verpflegung: Tee am Ziel. Außerdem steht Ihnen unser SLC-Imbiss mit Speisen und Getränke zur Verfügung.

Umkleiden/Duschen: Herbert-Schade-Sportanlage, Steinberg 19, Solingen

Haftung: Haftung im Rahmen der Versicherungsbedingungen der Sporthilfe e.V.

Anreise:

1. Über Bundesautobahn A 3 bis zur Ausfahrt Solingen. Dort auf die B 224 in Richtung Solingen und durch die Innenstadt über die B 229 bis zur Krahenhöhe .
2. Über die Bundesautobahn A 46 bis Sonnenborner Kreuz. Dort der Beschilderung Remscheid auf der L 74 folgen. Am Ende der L 74 rechts ab auf die B 229 in Richtung Krahenhöhe.
3. Über die Bundesautobahn A 1 bis zur Ausfahrt Wermelskirchen. Dort über Schloss Burg nach Solingen-Krahenhöhe.

Bitte beachtet die Veranstaltungsausschilderung rund um die Kreuzung Krahenhöhe!

Auf der SLC-Internetseite www.solinger-lc.de ist ein Routenplaner für die Anreise integriert.

Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt.

Mit sportlichen Grüßen

Hans-Jürgen Reuter
Langlaufwart