



46. Nikolaus- Freundschaftslauf

4. Dezember 2022

*Laufen - Walken - Nordic Walken - Wandern
über 10km um die Sengbachtalsperre*

Startzeiten:

Walken, Nordic Walken und Wandern ab 10:00 Uhr

Laufen um 11:00 Uhr gemeinsamer Weg zum Start

Startschuss am Pilz pünktlich um 11:30 Uhr

Treffpunkt und Anmeldung: **Brücke Solingen-Glüder**



Teilnahmegebühr: 8,00 EUR (Spende für die „Kette der helfenden Hände“)