

# Nordrhein-10-km-Straßenlaufmeisterschaften

## 3. Oktober 2015 in Heinsberg-Unterbruch

**Veranstalter** Leichtathletik-Verband Nordrhein e.V.  
**Ausrichter** VfR Unterbruch LG Hauptsache bewegt e.V.  
**Austragungsort** 52525 Heinsberg-Unterbruch

### Meisterschaftswettbewerbe

**10 km Straßenlauf** Männliche Jugend U20, Junioren U23, Männer  
Senioren M30 bis M80  
Weibliche Jugend U20, Juniorinnen U23, Frauen,  
Seniorinnen W30 bis W80

### Zeitplan

**Lauf 1**      **14:00 Uhr**      **Weibliche Jugend U20, Juniorinnen U23, Frauen**  
**Seniorinnen W30 – W80**  
**Senioren M50 – M80**

**Lauf 2**      **15:30 Uhr**      **Männliche Jugend U20, Junioren U23, Männer**  
**Senioren M30 - M45**

### Wertungen

#### Einzelwertung

Männliche Jugend U20, Junioren U23, Männer,  
M30, M35, M40, M45, M50, M55, M60, M65, M70, M75, M80  
zusätzlich Gesamtwertung männlich = der Schnellste ist Meister  
Weibliche Jugend U20, Juniorinnen U23, Frauen,  
W30, W35, W40, W45, W50, W55, W60, W65, W70, W75, W80  
zusätzlich Gesamtwertung weiblich = die Erste im Ziel ist Meisterin

#### Mannschaftswertung

Je drei Läufer/innen eines Vereins oder einer LG werden in der Reihenfolge des Zieleinlaufs durch Addition der Zeiten als Mannschaft gewertet.

MJ U20, Junioren U23, Männer, M30/35, M40/45, M50/55, M60/65, M70 bis M80  
zusätzlich Gesamtwertung männlich

WJ U20, Juniorinnen U23, Frauen, W30/35, W40/45, W50/W55, W60 bis W80  
zusätzlich Gesamtwertung weiblich

Erfolgt aus Gründen der Mannschaftswertung eine Meldung in einer jüngeren Seniorenklasse, so gilt diese auch für die Einzelwertung.

### Streckenbeschreibung

Die Strecke ist ein flacher, komplett asphaltierter Rundkurs mit einer Länge von ca. 2,4 km und verläuft durch Wohngebiete sowie über Feldwege. Nach einer Zubringerstrecke ist dieser viermal zu durchlaufen. Der Start befindet sich in der Straße Girmen, das Ziel in der Anton-Loevenich-Straße. Der Rundkurs wird gegen den Uhrzeigersinn gelaufen.

## Wettkampfunterlagen

Die Wettkampfunterlagen werden am **Samstag ab 12.00 Uhr** in der Mehrzweckhalle am Kirchpfad ausgegeben.

## Siegerehrungen

Die Siegerehrungen finden zeitnah nach Beendigung des jeweiligen Laufes in der Mehrzweckhalle am Kirchpfad statt.

(Gesamtwertung + Mannschaftswertungen männlich nach Beendigung von Lauf 2).

## Meldungen / Meldeschluss

<b>Online-Meldungen</b>	:	<b><u><a href="https://lanet2.de">https://lanet2.de</a></u></b>
<b>Meldeschluss</b>	:	<b>Montag, 21. September 2015</b>
<b>Organisationsbeiträge</b>	:	<b>€ 13,00</b> Jugendliche <b>€ 17,00</b> Männer/Frauen, Senioren/-innen

## Umkleidemöglichkeiten

Umkleiden und Duschen befinden sich in der Mehrzweckhalle am Kirchpfad.

## Anreisehinweis

A 46 Abfahrt Dremmen rechts abbiegen, dann Richtung Industriegebiet Heinsberg / Wassenberg, 6. Ampel rechts auf B 221

B 221 aus Richtung Aachen / Geilenkirchen, ab Ausbauende ausgeschildert

Aus Richtung Nettetal / Wassenberg der B 221 folgen bis Unterbruch

Die Parkplätze an der B 221 sind ausgeschildert.

Anschrift für Navigationssystem: Wassenberger Straße 79, Heinsberg

## Anmerkung

Weitere Informationen unter:

[www.hauptsache-bewegt.de](http://www.hauptsache-bewegt.de) oder e-mail: [frie.nett@freenet.de](mailto:frie.nett@freenet.de)