33. Gristeder Mailauf

am MITTWOCH, 1. Mai 2024

Veranstaltungsnummer: 2424V24V09000612160000

Liebe Läuferinnen und Läufer,

der SSV Gristede lädt traditionell zum Gristeder Mailauf ein.

Verpasst nicht diesen weit über Gristede hinaus bekannten Wettkampf.
Hier können auf der schnellen und DLV-vermessenen Strecke in schönem Ambiente Bestleistungen erbracht werden.

Die Veranstaltung ist genehmigt und es gelten die Bestimmungen der DLO.

Wir freuen uns auf Deinen Start und wünschen eine gute Anreise und viel Erfolg!

Termin

Mittwoch, 1. Mai 2024

Startzeiten

3.000 m Schülerlauf	**13.00 Uhr**
500 m Bambinilauf (Jg. 2021 – 2018)	**13.30 Uhr**
1.500 m Schülerlauf (Jg. 2018, 2017)	**13.45 Uhr**
1.500 m Schülerlauf (Jg. 2016, 2015)	**14.05 Uhr**
5 km ab Jg. 2015	**14.30 Uhr**
10 km ab Jg. 2012	**15.15 Uhr**

Bitte leistungsgerecht aufstellen!

Ort, Start/Ziel

Wiefelstede, Ortsteil Gristede, Schulstraße
Für alle Läufer in der Nähe des Sportplatzes in Gristede

Wettkampfbüro / Startunterlagenausgabe

Am **Dienstag, 30. April von 17.00 – 20.00 Uhr** können die Startunterlagen in der Sporthalle abgeholt werden.

Dann ist auch eine Anmeldung **ohne Nachmeldegebühr** möglich.

Am **1. Mai** ist das Wettkampfbüro **ab 10.00 Uhr** geöffnet.

Strecke

Die Strecken sind bestenlistenfähig. Es sind flache, vollständig asphaltierte Rundkurse (5 km).

Verpflegung
Es gibt alle 2,5 km eine Verpflegungsstellen mit Wasser sowie im Ziel eine Verpflegung.

Warme und kalte Getränke sowie eine Auswahl an Speisen werden in der Sporthalle angeboten.

Umkleiden und Duschen
Umkleiden, Duschen und Toiletten sind in der Sporthalle vorhanden.

Wertung
Klasseneinteilung: Männer und Frauen, Seniorenklasse nach LAO alle 5 Jahre bis M/W 95; männliche und weibliche Jugend. Einzelwertung nach den ausgeschriebenen Klassen.

Meldungen/Startgebühr

Online-Anmeldung bis Samstag, 27. April 2024 unter

https://portal.run-timing.de/741/registration

oder vor Ort am Dienstag, 30. April von 17.00 bis 20.00 Uhr.

Am 1. Mai sind keine Nachmeldungen möglich!

	Startgebühr:	**Jahrgänge:**
500 m Bambinilauf	**2,00 €**	2021, 2020, 2019, 2018
1.500 m Schülerlauf	**3,00 €**	2018, 2017
1.500 m Schülerlauf	**3,00 €**	2016, 2015
3.000 m Jugendlauf	**4,00 €**	2014, 2013, 2012, 2011
10 km	**14,00 €**	ab Jg. 2012
5 km	**12,00 €**	ab Jg. 2015

Zahlungsweg
Automatischer Bankeinzug bei Online-Anmeldung (Einzugsermächtigung muss erteilt werden).

Auszeichnungen
Alle Teilnehmer erhalten eine Urkunde, die nach dem Lauf vor Ort oder nach der Veranstaltung online gedruckt werden kann.

Für alle Teilnehmer des Bambinilaufs, der 1500 m-Läufe und des 3000 m-Laufs gibt es im Ziel eine Medaille.

Zusätzlich werden geehrt:

1500 m-Läufe:
Plätze 1 – 3 (Mädchen/Jungen)

3000 m-Lauf:
Plätze 1 – 3 in den Altersklassen U 12 und U 14 (Mädchen/Jungen)

5 km und 10 km-Lauf.
Plätze 1 – 3 im Gesamteinlauf
Plätze 1 – 3 der jeweiligen Altersklasse

Die Siegerehrung findet im Anschluss der jeweiligen Läufe in der Sporthalle statt.

Es wird eine Prämie für einen neuen Streckenrekord bei 5 km und 10 km gezahlt.

Streckenrekorde:	
10 km Männer:	31:33 min. im Jahr 2022 Nicolai Riechers
10 km Frauen:	37:58 min. im Jahr 2019 Bonnie Andres
5 km Männer:	15:28 min. im Jahr 2015 Andreas Kuhlen
5 km Frauen:	17:53 min. im Jahr 2017 Josina Papenfuß

Online-Urkunden und Ergebnislisten sind am Abend nach der Veranstaltung über die Website abrufbar.

Zeitmessung

Die Zeitnahme erfolgt mit einem Mehrweg-Fußgelenkchip. Ohne Chip ist eine Teilnahme nicht möglich! Den Chip mit dem Klettband am Fußgelenk befestigen. Zusätzlich ist eine Startnummer zu tragen.

Chiprückgabe direkt nach Zieleinlauf!

Haftung / AGB

Der Veranstalter haftet im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen. Der/die Teilnehmer/-in erklärt sich damit einverstanden, dass die in seiner/ihrer Anmeldung genannten Daten sowie die von ihm/ihr im Zusammenhang mit seiner/ihrer Wettbewerbsteilnahme gemachten Fotos und Filmaufnahmen ohne Vergütungsansprüche seiner-/ihrerseits genutzt werden dürfen. Ihre Daten werden nicht an Dritte weitergegeben.

Bei Nichtantreten oder Ausfall der Veranstaltung durch höhere Gewalt besteht kein Anspruch auf Rückerstattung der Organisationsgebühr!

Für abhanden gekommene Gegenstände wird nicht gehaftet.