

Ausschreibung Seemeilenlauf 2023

für den 9. Seemeilenlauf in Friedrichskoog

Termin: **Sonntag, den 13.08.2023**

Der Laufergebnisse der 3 und 6 Seemeilen zählen mit in Punktwertung des Dithmarschen-Cups

Läufe: Läufe über 1, 3 und 6 Seemeilen, und 3 Seemeilen für die Walker

Altersklassen:	Jahrgang	AK	Titel	D-Cup-Gruppe
Alter: von bis				
9 bis 11	2012 bis 2014	U10/U12	Schiffsjunge	1
12 bis 15	2008 bis 2011	U14/U16	Smutje	2
16 bis 19	2004 bis 2007	U18/U20	Leichtmatrose	3
20 bis 29	1989 bis 2003	M/W	Vollmatrose	4
30 bis 39	1984 bis 1993	M30/W30	Pirat	5
40 bis 49	1974 bis 1983	M40/W40	Steuermann	6
50 bis 59	1964 bis 1973	M50/W50	Bootsmann	7
60 bis 69	1954 bis 1963	M60/W60	1. Offizier	8
70 bis 99	1900 bis 1953	M70/W70	Kapitän	9

Mindestalter: 6 Jahre (die 6 Seemeilen ab dem 12. Lebensjahr)

Anmeldung: bis zum 9. August 2023

online über www.Seemeilenlauf.de oder www.STGK.de

Nachmeldungen: **am Veranstaltungsort**

wann: am Samstag 12.8.2023 von 10:00 bis 11:30 Uhr
am Sonntag 13.8.2023 von 8:00 bis 9:15 Uhr

wo: **Marschenschool an't Wattenmeer, Altfelder Weg 9**

Startgeld: unter 18 Jahre 6,00 € Nachmeldung 8,00 €
ab 18 Jahre 10,00 € Nachmeldung 12,00 €

Startnummernausgabe:

wann: Samstag 12.8.2023 von 10:00 bis 11:30 Uhr
Sonntag 13.8.2023 von 8:00 bis 9:15 Uhr

wo: **Marschenschool an't Wattenmeer, Altfelder Weg 9**

bitte die Startnummern vorne deutlich sichtbar anbringen

Wichtig! Den Transponder bitte am Schuh anbringen und im Zielbereich unbedingt wieder abgeben.

Für nicht zurückgegebene Transponder müssen wir eine Gebühr von 10,-€ erheben.

Start und Ziel: **Marschenschool an't Wattenmeer, Altfelder Weg 9**

Strecken:	Länge	Start	
3 Seemeilen Walker	5,56 km	09:45 Uhr	Alle Strecken führen um den ehemaligen Hafen herum und dann in Richtung Friedrichskoog Spitze
6 Seemeilen	11,112 km	09:55 Uhr	
3 Seemeilen	5,56 km	10:00 Uhr	
1 Seemeile	1,853 km	10:05 Uhr	

Siegerehrung: gegen 11:30 Uhr

Ergebnisse werden vor Ort ausgehängt und sind im Internet einzusehen

Jeder Teilnehmer kann sich im Internet seine Urkunde ausdrucken lassen

Verpflegung: Ein Getränkestand befindet sich auf der 6 Sm-Strecke auf halbem Weg an der Spitze.

Ein weiterer Getränkestand wird von den 3 und 6 Sm-Läufern nach etwa 2 bzw. 5 Seemeilen erreicht.

Im Ziel steht für alle Läufer ein Getränke- und Verpflegungsstand bereit.

WICHTIG !!!

Im Zielbereich werden die Getränke in wiederverwendbaren Bechern ausgegeben.

Diese bitte in die bereitgestellten Sammelbehälter zurückgeben.

Hinweise: Duschmöglichkeiten sind im Start- und Zielbereich in der Turnhalle vorhanden.

Toiletten sind ebenfalls im Start- und Zielbereich und am Wendepunkt an der Spitze (bei 6 Seemeilen) vorhanden.

Das DRK steht am Ziel und am Wendepunkt der 6 Seemeilenstrecke an der Spitze.

Die Veranstalter übernehmen keine Haftung für Schäden oder Verluste jeglicher Art.

Nur ausreichend trainierte und gesunde Läufer sollten an den Start gehen.

Mit der Anmeldung werden die Teilnahmebedingungen anerkannt.

Alle Foto- und Filmrechte werden an den Veranstalter abgetreten.