

Ausschreibung Seemeilenlauf 2024

für den 10. Seemeilenlauf in Friedrichskoog

Termin: **Sonntag, den 25.08.2024**

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

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

Altersklassen:	Jahrgang		AK	Titel	D-Cup-Gruppe
Alter:	von	bis			
4 bis 11	2013	2020	M/W U10/12	Schiffsjunge	1
12 bis 15	2009	2012	M/W U14/16	Smutje	2
16 bis 19	2005	2008	M/W U18/20	Leichtmatrose	3
20 bis 29	1995	2004	M/W HK	Vollmatrose	4
30 bis 39	1985	1994	M/W 30/35	Pirat	5
40 bis 49	1975	1984	M/W 40/45	Steuermann	6
50 bis 59	1965	1974	M/W 50/55	Bootsmann	7
60 bis 69	1955	1964	M/W 60/65	1. Offizier	8
70 bis 99	1925	1954	M/W ab 70	Kapitän	9

Mindestalter: 5 Jahre (die 6 Seemeilen ab dem 12. Lebensjahr)

Anmeldung: bis zum 21. August 2024

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

Nachmeldungen und Startnummernausgabe:

am Veranstaltungsort

wann: am Samstag 24.8.2024 von 10:00 bis 11:30 Uhr

am Sonntag 25.8.2023 von 8:00 bis 9:15 Uhr

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

Startgeld:	unter 18 Jahre		Nachmeldung	ab 18 Jahre	
	1 Seemeile:	5,00 €	7,00 €	8,00 €	10,00 €
	3 und 6 Seemeilen:	7,00 €	9,00 €	10,00 €	12,00 €

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	9:45 Uhr	Die 3 u. 6 Sm-Strecken führen um den ehemaligen
6 Seemeilen	11,112 km	9:50 Uhr	Hafen herum und dann in Richtung
3 Seemeilen	5,56 km	9:55 Uhr	Friedrichskoog Spitze
1 Seemeile	1,853 km	10:00 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: Duschköglichkeiten 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.