

## ALLGEMEINES

### Start und Ziel:

Waldgebiet bei Eiselstorf  
Parkmöglichkeiten befinden sich am Schulzentrum Arnstorf  
(Eggenfeldener Str. 43), von dort erfolgt ein Bustransfer zur Veranstaltung.

### Startnummernausgabe:

an der Laufstrecke ab 9:00 Uhr  
Die Laufstrecke verläuft in einem Waldgebiet und kann mit Spikes belaufen werden.

### Umkleidemöglichkeit:

Umkleiden + Duschen in der Sporthalle des Schulzentrums Arnstorf

### Ehrungen:

Alle Teilnehmer, die das Ziel erreichen, erhalten eine Urkunde. Für die drei Bestplatzierten jeder Klasse gibt es Ehren- bzw. Sachpreise. Die Ergebnisliste ist im Anschluss unter [www.lac-arnstorf.de](http://www.lac-arnstorf.de) abrufbar.

### Haftung:

Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung für Unfälle und Schäden jeglicher Art.

Die Veranstaltung wird nach den Bestimmungen der DLO und IWB durchgeführt. Änderungen vorbehalten!

Die Veranstaltung findet bei jeder Witterung statt.

**Veranstalter und Ausrichter**  
**LAC Arnstorf 1978 e.V.**



# 41. NIKOLAUS -WALDLAUF

**02. Dezember 2018**

**LAC Arnstorf**



mit  
**Nordic-Walking**  
& **Vereins- und Firmenlauf**

# HAUPTLÄUFE

Altersklasse	Jahrgang	Startzeit	Streckenlänge
Bambinos I (W/M) und jünger	2013 und jünger	10.00 Uhr	300m
Bambinos II (W/M)	2011/12	10.10 Uhr	500m
U10 (W/M)	2009/10	10.30 Uhr	1 000m
U12 (W/M)	2007/08	10.45 Uhr	1 400m
U14 (W/M) + U16 (W)	2005/06 + 2003/04	11.00 Uhr	2 100m
U16 (M) + U18 (W/M) + U20 (W)	2003/04 + 2001/02 + 1999/2000	11.20 Uhr	3 000m
U20 (M)	1999/2000	11.50 Uhr	5 000m
Mittelstrecke (W) - mit AK-Wertung	W20, 30, 35, 40,...	11.50 Uhr	5 000m
Mittelstrecke (M)	M20 und älter	11.50 Uhr	5 000m
Langstrecke (W)	W20 und älter	12.30 Uhr	9 000m
Langstrecke (M) - mit AK-Wertung	M20, 30, 35, 40,...	12.30 Uhr	9 000m

Die Wertung bei den Schülerklassen erfolgt jahrgangsmäßig!  
Kleine Änderungen bei den Streckenlängen sind möglich.

## Siegerehrung:

12:00 Uhr Bambino / Schüler / U16 W  
13:00 Uhr Jugend (bis auf U20 M) / Vereins- und Firmenlauf  
14:00 Uhr U20 M / Frauen & Männer, Mittel- und Langstrecke  
Für Ihr leibliches Wohl ist Bestens in der Mensa des Schulzentrums gesorgt.

# NORDIC-WALKING

Startzeit: 11.45 Uhr  
Streckenlänge: ca. 7 200m

# VEREINS- UND FIRMLAUF

Startzeit: 11.20 Uhr  
Streckenlänge: ca. 3 000m  
mindestens 3 Starter je Team nötig - maximal unbegrenzt,  
die Wertung erfolgt nach der Mannschaftsdurchschnittszeit

# ANMELDUNG

LAC Arnstorf 1978 e.V.  
Am Steinbach 18  
94424 Arnstorf

Fax: 08723/910208  
Tel: 08723/910209  
anmeldung@lac-arnstorf.de  
www.lac-arnstorf.de

## Meldeschluss:

30. November 2018  
Nachmeldungen bis 15 Minuten vor dem Start gegen 2,00€ Aufschlag

## Startgebühr:

Bambinos I - U16 (W/M)	4,00€
U18 (W/M) - U20 (W/M)	6,00€
Frauen und Männer	9,00€
Vereins- und Firmenlauf	pro Läufer 4,00€
Nordic Walking	3,00€