



SSV Rhade

1925 e. V.

Bewegung und Begegnung

14.

Rhader Silvester- Lauf

mit **Bambinilauf**

Am **31. 12. 2019**

14:00 Uhr

Risthaus Sportpark

Dillenweg 115, 46286 Dorsten

Zum perfekten Abschluss eines Laufjahres laden wir wieder Jung und Alt, Profis und Freizeitsportler ein, sich am letzten Tag des Jahres mit viel Spaß sportlich zu betätigen.

Die Laufstrecken führen größtenteils über asphaltierte Wirtschaftswege.

Wettbewerbe:

- | | Startzeit: |
|--------------------------------|------------|
| ➤ 11,4 km Laufen | 14.00 Uhr |
| ➤ 5,5 km Laufen | 14.00 Uhr |
| ➤ 7,5 km Walking | 14.00 Uhr |
| ➤ Bambini-Lauf 300/600m | 13.15 Uhr |
- (ab Geburtsjahr 2010 und jünger)

Keine weitere Klasseneinteilung.

Start und Ziel ist der Risthaus
Sportpark, Dillenweg 115 .

Toiletten und Duschen sowie kostenlose Parkplätze sind vorhanden. Für alle Teilnehmer stehen kalte und warme Getränke bereit.

Alle Teilnehmer/innen erhalten eine Urkunde mit ihrer Laufzeit, die durch Startnummernchip erfasst wird.

Das Startgeld bei Voranmeldungen bis **30. 12. 2019**

- **7,00 €** für alle Strecken:
- **Bambinilauf kostenlos**

Im Startgeld ist 2,00 € Pfand für den Startnummernchip enthalten, das bei Rückgabe erstattet wird.

Nachmeldungen sind bis **30 Minuten** vor dem Start möglich.
Zusatzgebühr: 2,00 €

Anmeldung: online bis 30.12.2019:

Internet: www.ssv-rhade.de

Email: info@ssv-rhade.de

per Telefon: 02866 277

Startgeldüberweisung:

SSV Rhade IBAN-Nr. :

DE41400697090816192501

Stichwort: **Silvesterlauf**



SSV Rhade

1925 e. V.

Wir bedanken uns für die freundliche Unterstützung bei:

Volksbank Lembeck-Rhade e.G.

Freiwillige Feuerwehr Rhade

Gasthaus Pierick

Wir wünschen:

Einen angenehmen Lauf,
einen guten Rutsch und

erfolgreiches, lauffreudiges

2020



SSV Rhade 1925 e.V.

Bewegung und Begegnung

Anfahrtsbeschreibung:

Abfahrt A 31 Richtung Rhade,
Bahnübergang 3. Straße rechts,
geradeaus bis Risthaus Sportpark,
Dillenweg 115,46286 Dorsten

Laufstrecken: (Änderungen vorbehalten)

Alle beginnen und enden mit einer Sportplatzrunde.

- **11,4 km:** auf Feldstr. links, nach ca.1km Laufstrecke rechts, nach Bahnübergang ca. 2km geradeaus, dann links, geradeaus bis Kreuzung Landwehrkämpfe, dann links, Dorstener Landweg links, geradeaus bis Bahnübergang, dahinter links bis Sportpark.
- **5,5 km:** auf Feldstr. links, nach ca.1km Laufstrecke rechts, nach Bahnübergang links, bis Leblicher Weg, dann links, geradeaus bis Bahnübergang, dahinter links bis zum Sportpark
- **7,5 km:** auf Feldstr. links, nach ca.1km Laufstrecke rechts, nach Bahnübergang ca. 2km geradeaus, dann links, geradeaus bis Kreuzung Schilfweg, dann links bis Kreuzung Dorstener Landweg, links bis Bahnübergang, dahinter links bis Sportpark

Start: 14:00 Uhr

Bambinilauf: Start: 13:15 Uhr
ca. 1 und 2 Sportplatzrunden

„Wer läuft, kann verlieren.

Wer nicht läuft, hat verloren! „

Sportangebote SSV Rhade

Fußball -Männer, Frauen, Jungen, Mädchen-

Tischtennis

Jazz- u. Moderndance, Breakdance

Badminton

Kinderfitness

Frauenfitness

Wirbelsäulengymnastik

Seniorensport ab 50

Pilates

Tai Chi

Mutter-Kind-Turnen

Laufen,

XCO-Walking

Radfahren

Weiteres im Internet unter

www.ssv-rhade.de