

# Rothaar-Laufserie



# AOK-Cup 2024

01.05.2024

44. Erndtebrücker Volkslauf

28.06.2024

Gillerlauf

31.08.2024

3. Panorama-Run Bad Laasphe

14.09.2024

41. Eichener Kindelsberglauf

05.10.2024

52. Aue-Wingeshäuser Rothaar-Waldlauf

26.10.2024

27. Helberhäuser HauBerg-Lauf

# Bis zu 500 Euro aus Ihrem **AOK-** Gesundheitsbudget

Bei uns ist mehr für Sie drin. Setzen Sie Ihr **AOK-Gesundheitsbudget** für Mehrleistungen Ihrer Wahl ein:

- professionelle Zahnreinigung
- Osteopathie
- zum Beispiel nicht verschreibungspflichtige, apothekenpflichtige Arzneimittel der Homöopathie
- zusätzliche Leistungen in der Schwangerschaft
- Schutzimpfungen



Ihr AOK-Gesundheitspartner **Sven Bode** berät Sie gern unter **0800 2655-503684**.  
Für weitere Infos einfach den QR-Code scannen.

Liebe Läuferinnen und Läufer,

Deutschland hat ein Sitzproblem: Dabei tragen schon 21 Minuten Bewegung täglich dazu bei, gesünder zu leben. Wie eine forsa-Umfrage im Auftrag der AOK herausgefunden hat, halten sich mehr als die Hälfte der Menschen in Deutschland jedoch nicht an diese Bewegungsempfehlung der Weltgesundheitsorganisation (WHO), die als Mindestmaß **21 Minuten Bewegung täglich (bzw. 150 Minuten wöchentlich) in moderater Anstrengung** empfiehlt. Dabei gibt es so vielfältige Möglichkeiten, kleine Bewegungseinheiten in den Alltag einzubauen. Die AOK unterstützt Sie gerne bei Ihren Bemühungen um ein gesünderes Leben.



Sie sind hoffentlich auch in diesem Jahr wieder dabei, bei der traditionellen Rothaar-Laufserie um den AOK-Lauf-Cup. Rund um die sechs Läufe gibt es ein überaus attraktives und beliebtes Aktivprogramm, bei dem das empfohlene Mindestmaß an Bewegung sicherlich noch übertroffen wird...

Die beteiligten Sportvereine des Siegerlandes und des Wittgensteiner Landes können auch in diesem Jahr wieder auf ein engagiertes Team setzen, das den AOK-Lauf-Cup 2024 organisiert und der heimischen „Läufer-Szene“ ein vielfältiges und zugleich anspruchsvolles Programm beschert. Hierfür sage ich „Danke“.

Ihnen wünsche ich viel Spaß, spannende Läufe und viele „bewegte“ Erlebnisse beim AOK-Lauf-Cup 2024.

Ihre  
Claudia Büdenbender  
Stellv. Serviceregionsleiterin Südwestfalen  
AOK NordWest



## **Dabei sein ist alles.**

Wir wünschen allen Läuferinnen und Läufern viel Erfolg bei der Teilnahme an der Rothaar-Laufserie um den AOK Cup, den Zuschauern und Organisatoren viel Spaß und der Veranstaltung einen reibungslosen Verlauf.

**[sparkasse.de](https://www.sparkasse.de)**

**Weil's um mehr als Geld geht.**





Liebe Ausdauersportlerin, lieber Ausdauersportler,

**„Dranbleiben!“**

dieses aussagekräftige Motto, das Jörg Vetter, Teamleiter regionaler Vertrieb der AOK Nordwest Siegen in seiner Begrüßung bei der Siegerehrung 2023 prägte, soll uns Ausdauersportler durch das Laufjahr 2024 begleiten.

Los geht es in diesem Jahr wieder am 1. Mai in Erndtebrück. Ende Juni zieht es uns zum Gillerlauf auf die Ginsberger Heide und bereits am letzten Samstag im August lädt der TV Laasphe zu den Wettbewerben mit Start und Ziel auf dem Sportplatz ein. Im September folgt die Veranstaltung in Eichen und Anfang Oktober geht es weiter in Aue-Wingeshausen. Der letzte Wettbewerb findet Ende Oktober in Helberhausen statt. Bei den Hauptläufen in Erndtebrück und Aue-Wingeshausen stehen lange und kurze Distanzen zur Wahl, die beide in die Wertung einfließen.

Bei den Läufen jeder Veranstaltung werden in allen Klassen Punkte von 20 – 1 vergeben (1. Platz – 20 Pkte, 2. Platz – 19 Pkte, ...). Die jeweils vier besten Resultate werden addiert und bestimmen die Rangfolge - bei Punktgleichheit entscheiden die besseren Einzelplatzierungen. Jeder Teilnehmer, der mindestens vier Läufe bzw. Walking-Wettbewerbe absolviert hat, kommt in die Cup-Wertung und erhält ein wertvolles Finisher-Präsent. Anerkennung für das Deutsche Sportabzeichen finden alle Walker durch ihre Teilnahme auf der 7,5 km langen Strecke in Eichen. Das „Dranbleiben“ wird in diesem Jahr attraktiver und intensiver belohnt, siehe Bonuspunkte-Regelung.

Unseren Sponsoren, die die Durchführung dieser Laufserie erst ermöglichen, gilt unser ganz besonderer Dank.

Zur Siegerehrung im Erwachsenenbereich lädt die Krombacher Brauerei voraussichtlich Ende November 2024 alle Aktiven, die bei mindestens vier Veranstaltungen ins Ziel gekommen sind, in die Braustube ein. Die Siegerehrung der SchülerInnen und der Jugend wird im Oktober in Helberhausen durchgeführt. Einzelheiten zu den Siegerehrungen erfolgen im Laufe des Jahres.

Also bleibt dran und erfreut euch an unserem gemeinsamen Hobby, dem Ausdauersport

Juliane

In die Serienwertung kommen folgende Läufe:

Veranstaltung	Frauen / Männer*	Jugend/** Frauen/Männer	SchülerInnen
Erndtebrück	10 oder 21.1 km	5 km	2 km
Giller	10 km	5 km	2 km
Bad Laasphe	12 km	6 km	2 km
Eichen	10 km	5 km	2 km
Aue- Wingeshausen	15 oder 28 km	5 km	2 km
Helberhausen	12 km	6 km	2 km

Für die Cup- und Trikot-Wertung werden nur Teilnahmen gewertet, die den Vorgaben in der o. g. Übersicht entsprechen. So kommen z. B. Jugendliche U20 und U18 nur auf der 5/6-km-Strecke in die Wertung und Schülerinnen U16 bis U10 nur auf den Schülerdistanzen.

\* Wahlmöglichkeiten bestehen nur in dieser Klasse.

\*\* Für Jugendliche kommen ausschließlich die 5-km-Läufe in die Wertung.

\*\* **5/6 km-Lauf: Männer und Frauen ohne Altersklassenwertung**

Jeder Veranstalter bietet einen Bambinilauf über ca. 400/500 m an.

An Nordic-/Walking-Wettbewerben kann bei allen sechs Veranstaltungen teilgenommen werden. (Im Sinne von „Fair Play“ bitten wir alle Walker-Innen, die Walkingtechnik einzuhalten. Herzlichen Dank.)

**Bonussystem** - geändert in 2024 -

Für die Teilnahme an fünf Läufen in der gleichen Cup-Klasse werden **4**, für die Teilnahme an allen sechs Läufen werden **9 Bonuspunkte** zum Gesamtergebnis addiert. (Den fleißigen Läufern und Walkern, die aufgrund von Helferaufgaben nicht an den Wettbewerben der vereinseigenen Veranstaltung teilnehmen können, wird ihr Engagement als Teilnahme angerechnet.)

## Klasseneinteilung

SchülerInnen	U16, U14, U12 und U10
Jugend	U20 und U18
Frauen:	WHK, W30, W35, W40, W45, W50, W55 und W60 und älter
Männer:	MHK, M30, M35, M40, M45, M50, M55, M60, M65, M70 und älter

Maßgebend für die Klasseneinteilung ist das Lebensalter, das im Kalenderjahr 2024 vollendet wird.

## Preise

für Jugend und Schülerinnen:

1. Platz - Gutschein über 30 €
2. Platz - Gutschein über 20 €
3. Platz - Gutschein über 15 €

in den Seniorenklassen:

1. Platz - Gutschein über 75 €
2. Platz - Gutschein über 50 €
3. Platz - Gutschein über 25 €

Voraussetzung für die Berücksichtigung in unserer Serienwertung ist das Einhalten der ausgeschriebenen Strecken sowie das Überqueren der Ziellinie.

Voranmeldung erforderlich: Bitte melde dich zu jedem Lauf rechtzeitig an, damit ersparst du dir die Nachmeldegebühr.

Wir wünschen dir eine verletzungsfreie und erfolgreiche Laufsaison 2024 und freuen uns auf deine Teilnahme an unseren Läufen.

Das Orgateam

- Julia Becker, Thomas Bolik, Steffi und Tobias Butka, Klaus Grimm, Meinhard Menn, Christian Sureth, Juliane Scheel -

## Sparkassen-Sonder-Wertung

Die lauschnellsten Frauen und Männer, weiblichen und männlichen Jugendlichen sowie die Schülerinnen und Schüler erhalten bei allen Läufen Punkte von 10 bis 1 gemäß dem Zieleinlauf. Auf diese Weise können die jeweils zehn Schnellsten punkten. Die Punkte werden addiert, so dass nach den sechs Veranstaltungen die jeweils drei Besten ermittelt sind. Bei den Siegerehrungen am 26. Oktober 2024 für die Schüler und Jugend in Helberhausen und für die Erwachsenen in der Krombacher Brauerei werden die Präsente der Sparkassen überreicht.

Männer und Frauen,

Platz 1: 50 €

Platz 2 und 3: je 25

Jugendliche und Schüler,

Platz 1: 25 €

Platz 2 und 3: je 15 €



# Stadtapotheke

*Hilchenbach*



Apotheker Dr. rer. nat. Christof Werner

## Sonderwertung Walking 2024

Mit der Sonderwertung Walking möchten wir wieder die Vereine belohnen, die in der Summe über die sechs Veranstaltungen gezählt mit den meisten Walkerinnen und Walkern teilnehmen.

Als Belohnung warten bei der Siegerehrung im November für die drei besten Vereine Prämien von 150, 100 und 50 Euro.

(In die Wertung kommen Vereine und Lauftreffs, keine Leichtathletik-Gemeinschaften, z. B. LGs.)

## Sonderwertung Schülerinnen und Schüler 2024

Mit der Sonderwertung Schülerinnen und Schüler möchten wir die Vereine belohnen, die in der Summe über die sechs Veranstaltungen gezählt mit den meisten U10 bis U16-Athletinnen und Athleten teilnehmen.

Als Belohnung warten bei der Siegerehrung im Oktober für die drei besten Vereine Prämien von 150, 100 und 50 Euro.

(In die Wertung kommen Vereine und Lauftreffs, keine Leichtathletik-Gemeinschaften, z. B. LGs.)



Alles super.

**Aral Tankstelle André Jung  
Wittgensteiner Straße 8-10  
57271 Hilchenbach**

[facebook.com/tankstellehilchenbach](https://facebook.com/tankstellehilchenbach)

Öffnungszeiten: Mo-Fr 6-22 Uhr · Sa/So 7-22 Uhr

**Tankstelle • Bistro • Waschanlage**

# AST®



**Wir wünschen allen Teilnehmer/innen  
der Rothaar-Laufserie viel Erfolg!**

AST. Kunststoffverarbeitung GmbH  
Mühlenweg 9  
57339 Erndtebrück  
[www.ast-kanister.de](http://www.ast-kanister.de)



# AST®





# 44. Internationaler Erndtebrücker Volkslauf

Erster Lauf in der  
Rothaar-Laufserie AOK-CUP 2024



Mittwoch, 1. Mai 2024

Ausrichter: TuS 1895 e.V. Erndtebrück  
Abteilung Leichtathletik

<b>Wettbewerbe/ Startzeit:</b>	9.50 Uhr Schüler 2 km 10.10 Uhr Schülerinnen 2 km 10.30 Uhr Halbmarathon 10.40 Uhr Hauptlauf 10 km 10.45 Uhr Jugend/ Jedermann 5 km 10.45 Uhr Walking 7 km 12.00 Uhr Bambinilauf
<b>Start + Ziel:</b>	Pulverwaldstadion des TuS Erndtebrück Jahnstraße 6
<b>Meldungen:</b>	<b>bis 29.04.2024</b> an Julia Becker Mobil 0151 21632126 E-Mail <a href="mailto:leichtathletik@tus-erndtebrueck.de">leichtathletik@tus-erndtebrueck.de</a> <a href="http://www.Rothaar-Laufserie.de">www.Rothaar-Laufserie.de</a>
<b>Nachmeldungen:</b>	bis 45 Min. vor Start möglich, 3,00 € Nachmeldegebühr
<b>Startgeld:</b>	10,00 € Männer u. Frauen, 7,00 € Jugend 3,00€ Schüler- / innen Bambini ohne Meldegebühr
<b>Parken:</b>	auf den ausgewiesenen Parkplätzen
<b>Duschen/ Umkleideräume:</b>	Pulverwaldhalle TuS Erndtebrück

Weitere Infos: [Web-Seite des TuS Erndtebrück](http://www.tus-erndtebrueck/leichtathletik.de)  
[www.tus-erndtebrueck/leichtathletik.de](http://www.tus-erndtebrueck/leichtathletik.de)



# unter allen wipfeln ist ruh?

## Waldbestattung im RuheForst Hilchenbach



### Natur - Ruhe - Besinnung

- idyllische Natur, keine Grabpflege
- namentliche Kennzeichnung der Grabstätten möglich
- einmalige Zahlung bei Nutzungsdauer von bis zu 99 Jahren, auch als Vorsorge schon zu Lebzeiten
- individuelle Gestaltung der Beisetzungen
- regelmäßig unverbindliche Gruppen- und Einzelführungen

weitere Informationen unter:

**RuheForst Hilchenbach**

Telefon: 0 27 33 - 128 796

e-Mail: [info@ruheforst-hilchenbach.de](mailto:info@ruheforst-hilchenbach.de)

[www.ruheforst-hilchenbach.de](http://www.ruheforst-hilchenbach.de)



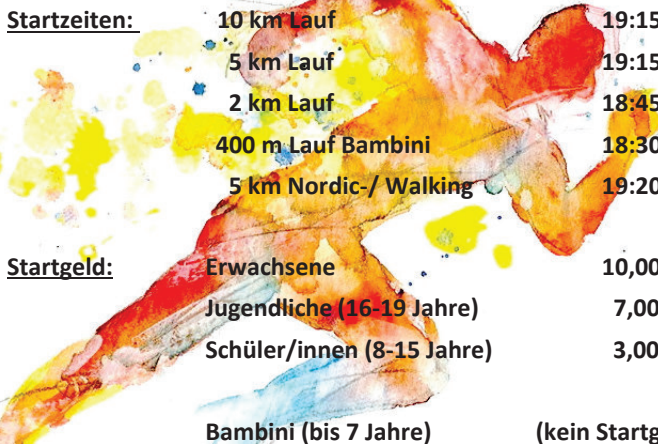
RuheForst. Ruhe finden.





**Freitag, 28.06.2024**

**Meldeschluss: 26.06.2024**



<b><u>Startzeiten:</u></b>	<b>10 km Lauf</b>	<b>19:15 Uhr</b>
	<b>5 km Lauf</b>	<b>19:15 Uhr</b>
	<b>2 km Lauf</b>	<b>18:45 Uhr</b>
	<b>400 m Lauf Bambini</b>	<b>18:30 Uhr</b>
	<b>5 km Nordic- / Walking</b>	<b>19:20 Uhr</b>
<b><u>Startgeld:</u></b>	<b>Erwachsene</b>	<b>10,00 €</b>
	<b>Jugendliche (16-19 Jahre)</b>	<b>7,00 €</b>
	<b>Schüler/innen (8-15 Jahre)</b>	<b>3,00 €</b>
	<b>Bambini (bis 7 Jahre)</b>	<b>(kein Startgeld)</b>

**Nachmeldegebühr:** 3,00 €

Nachmeldungen sind bis **18:00 Uhr** möglich.

**Alle Einzelheiten und Meldungen über Internet:**  
[www.giller.info](http://www.giller.info), [www.tg-grund.de](http://www.tg-grund.de), [ausdauer57.de/giller](http://ausdauer57.de/giller)

Rückfragen bitte an: [info@tg-grund.de](mailto:info@tg-grund.de)

Der Veranstalter übernimmt keine Haftung. Der Lauf findet bei jedem Wetter statt. Möglichkeit zum Duschen besteht im Gillerheim.  
Nichterscheinen berechtigt nicht zur Rückforderung des Startgeldes.

**AOK**   
Vorsorge schützt!

**Krombacher**  
ALKOHOLFREI  
**0,0%**

 **Sparkasse**  
Die Sparkassen in den Kreisen  
Siegen-Wittgenstein und Olpe

Gillerlauf 2024



# nahkauf

*Nichts liegt näher*

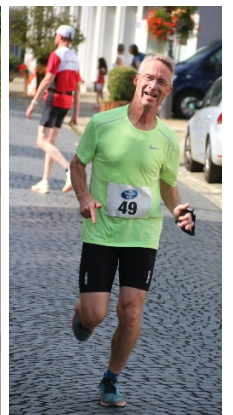
FAMILIE PAUL  
FÜR DICH IN DAHLBRUCH

**REWE**  
PAUL  
DEIN MARKT

Für dich  
in Hilchenbach.



# Impressionen 2023







IMMO PROFI MATCH

# IMMOBILIEN VERSICHERUNGEN FINANZIERUNGEN



## IMMOBILIEN

Sie überlegen Ihre Immobilie zu verkaufen und benötigen Hilfe bei der Vorbereitung oder Abwicklung?

## VERSICHERUNGEN

Ihre Wohngebäudeversicherung leistet auch bei grober Fahrlässigkeit und bei Elementargefahren?

## FINANZIERUNGEN

Wir bieten auch in teuren Zeiten, aus über 400 Geschäftsbanken, die besten Finanzierungsangebote an.



# 3. PANORAMA-RUN BAD LAASPHE

SAMSTAG 31.08.2024



3. LAUF DER ROTHAAAR-LAUFSERIE

2. OFFENE STADTMEISTERSCHAFTEN  
DES MTB BAD LAASPHE E.V.

IM RAHMEN DER 1. SUMMER CITY GAMES !  
30.08. / 31.08. 2024

Ausrichter:	TV Laasphe 1863 e.V. Abt. Leichtathletik (LG Wittgenstein)
Ort:	57334 Bad Laasphe
13.30 Uhr	2.000m Schüler/Schülerinnen (8-15 Jahren)
14.00 Uhr	Bambinilauf (unter 8 Jahren)
14.15 Uhr	8x 1.000m Schulstaffel „Schnellste Schule Wittgensteins“
14.45 Uhr	8x 400m Schulstaffel „Schnellste Grundschule Wittgensteins“
15.30 Uhr	12.000m Hauptlauf
	6.000m Jugend/Jedermannlauf + 6.000m Walking
17.00 Uhr	30.000m offene Stadtmeisterschaften des MTB Laasphe e.V.



Start/Ziel:	Sportplatz Bad Laasphe; Gennerbach 42-44, 57334 Bad Laasphe	
Meldeschluss:	29.08.2024	
Nachmeldung:	Nachmeldungen sind 60 Minuten vor Wettkampfbeginn mit 3€ Nachmeldegebühr möglich.	
Ausgabe Startnr.:	Vereinshaus auf dem Sportplatz	
Startgeld:	Mountainbiker :	20€
	Erwachsene :	10€
	Jugend :	7€
	Schüler :	3€
	Bambini :	frei
Urkunde:	Platz 1. - 3.	
Anmeldung:	<a href="http://www.ausdauer57.de/bad-laasphe">www.ausdauer57.de/bad-laasphe</a>	
Information:	Christian Sureth, Hinterfang 2, 57334 Bad Laasphe Tel. 0171-5630446 oder <a href="http://www.tv-laasphe.de">www.tv-laasphe.de</a>	
Umkleide/Dusche:	Umkleiden und Duschen sind auf dem Sportplatz verfügbar.	
Haftung:	Der Veranstalter übernimmt keine Haftung bei Unfällen oder Schäden jeglicher Art. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.	



# BESSER SEHEN STEHT DIR.

BESSER  
SEHEN  
KRUMM



„Die perfekte Brille lässt jeden  
sowohl gut sehen als auch gut aussehen.  
Dafür haben wir ein Auge.“

*Thomas Krumm*

Augenoptikermeister



Besser Sehen Krumm  
Inh. Thomas Krumm e. K.  
Wittgensteiner Straße 123  
57271 Hilchenbach-Dahlbruch

Phone 02733-69320  
Fax 02733-693240  
Mail [info@besser-sehen-krumm.de](mailto:info@besser-sehen-krumm.de)  
[www.besser-sehen-krumm.de](http://www.besser-sehen-krumm.de)



BRILLENMODE | KONTAKTLINSEN | SPORTOPTIK | SPEZIAL-SEHHILFEN | HAUSBESUCHE

## **E. KLEIN** ELEKTROANLAGEN

- INDUSTRIEINSTALLATION
- GEBÄUDEINSTALLATION
- EINBRUCHMELDETECHNIK



[www.klein-elektroanlagen.com](http://www.klein-elektroanlagen.com)



# 41. Kindelsberglauf

## Wettkämpfe

14. September 2024

<b>Startzeiten</b>	13:00 Uhr	7,5-km Walking / Nordic Walking
	13:05 Uhr	2-km Schüler
	13:15 Uhr	2-km Schülerinnen
	13:30 Uhr	400-m Bambini
	14:00 Uhr	5-km Jedefrau / Jedermann / Jugend A/B
	14:15 Uhr	10-km Frauen / Männer / Jugend A

**Start / Ziel** Fussball- & Leichtathletik - Arena Eichen

**Anmeldung** bis **11. September 2024**  
**Nachmeldungen** wegen der elektronischen Datenerfassung  
**nur bis 60 Minuten** vor dem jeweiligen Wettbewerb möglich.

**Meldeadresse** [www.ausdauer57.de/kindelsberg-eichen/](http://www.ausdauer57.de/kindelsberg-eichen/)

<b>Startgeld</b>	Bambini	frei
	Erwachsene	10,00 €
	Jugendliche	7,00 €
	Schüler	3,00 €
	Nachmeldungen plus	3,00 €

**Kontakt / Information** Per Mail: [tveichen.kindelsberglauf@gmail.com](mailto:tveichen.kindelsberglauf@gmail.com)

## Siegerehrung

### Turnhalle

Urkunden werdn hier überreicht.

(Sofern die gesetzlichen Vorgaben es zulassen können die Umkleeräume und Duschen in der Turnhalle nach dem Lauf genutzt werden)



# „Mit Sicherheit Fair Play.“

Wir wünschen viel Spaß und sportlichen Erfolg.

## **Limper & Schmeck**

Poststraße 32, 57319 Bad Berleburg

Tel. 02751 93690

limper-schmeck@provinzial.de

## **Hofius & Meier**

Königstraße 25, 57334 Bad Laasphe

Tel. 02752 509757

Marburger Straße 1, 57339 Erndtebrück

Tel. 02752 509757

hofius-meier@provinzial.de

## **Becker & Schunk**

Kälberhof 12, 57250 Netphen

Olper Str. 17A, 57078 Siegen

Tel. 02737 229280

becker-schunk@provinzial.de

## **Menn & Kollegen**

In der Herrenwiese 17, 57271 Hilchenbach

Tel. 02733 89470

menn@provinzial.de



# 52. Rothaar-Waldlauf

## über Teilstrecken des Rothaarsteigs

### Samstag, 05.10.2024

#### 5. Lauf der Rothaar - Laufserie

[www.rothaar-waldlauf.de](http://www.rothaar-waldlauf.de)

#### Strecke 1:

Länge: 28 km,

Start: 14:00 Uhr [Bad Berleburg-Albrechtsplatz](#) Ziel: [Turnhalle Aue-Wingeshausen](#)

Auf Wunsch Bustransfer um 12:45 Uhr ab Turnhalle zum Start Albrechtsplatz und Gepäckrücktransfer; Fahrpreis: 6,00 Euro.

#### Strecke 2 und 3:

Länge: 15 km und 15 km Walking,

Start: 14:00 Uhr [Schmallenberg-Jagdhaus](#) Ziel: [Turnhalle Aue-Wingeshausen](#)

Auf Wunsch Bustransfer um 13:00 Uhr ab Turnhalle zum Start Jagdhaus und Gepäckrücktransfer; Fahrpreis: 5,00 Euro.

#### Strecke 4:

Länge: 5 km Jugend und Jedermann

Start 14:10 Uhr [Turnhalle Aue-Wingeshausen](#)

#### Strecke 5:

Länge: 5 km Walking

Start 14:10 Uhr [Turnhalle Aue-Wingeshausen](#)

#### Strecke 6:

Länge: 2 km Schüler

Start 14:00 Uhr [Turnhalle Aue-Wingeshausen](#)

#### Strecke 7:

Länge: 400 m Bambini

Start 13:30 Uhr [Sportplatz Aue-Wingeshausen](#)

#### Startgeld:

Bambini:	frei	15 km:	12,00 EUR
2 km:	3,00 EUR	28 km:	15,00 EUR
5 km:	9,00 EUR		

#### Siegerehrungen:

Bambini	ab 14:30 Uhr	15 km	ab 16:30 Uhr
2 km	ab 15:00 Uhr	28 km	ab 17:00 Uhr
5 km	ab 15:30 Uhr		

#### Kontakt:

Tobias Butka, Im Radebach 1, 57319 Bad Berleburg  
Tel.: 02759 / 949061; E-Mail: [butka.tsv@freenet.de](mailto:butka.tsv@freenet.de)

#### Meldeschluss:

04.10.2024, 16:00 Uhr

#### Nachmeldungen:

Bis 30 Minuten vor dem Start in der Turnhalle (Bambini, 2km und 5km),  
oder am Start (15 km und 28 km) möglich. Nachmeldegebühr 3,00 Euro (Bambini frei)

#### Startnummern:

Die Startnummern werden im Foyer der Turnhalle ausgegeben.

Ab 12 Uhr sind die Startnummern für 15 km und 28 km nicht mehr in der Turnhalle verfügbar.

Ab 13 Uhr werden die Startnummern für 15 km und 28 km dann am Start ausgegeben.

#### Zielschluss:

Der Zieleinlauf wird um 17:15 Uhr geschlossen.

#### Siegerehrung:

Alle Bambinis erhalten eine Urkunde und eine kleine Überraschung.

Die schnellste Läuferin und der schnellsten Läufer über 15 km und 28 km erhalten Wanderpokale.

Die ersten Drei jeder Altersklasse erhalten eine Urkunde.

Jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer erhält auf Wunsch eine Urkunde im Wettkampfbüro oder per Internet.

#### Streckendienst:

Verpflegungsstationen an den Strecken ab 5 km und am Zieleinlauf.

#### Wettkampfbüro,

#### Umkleiden, Duschen:

[Turnhalle Aue-Wingeshausen](#)

#### Parken:

[Am Sportplatz](#) (eingeschränkt) und [Fa. Busch Jäger](#) (Parkplätze sind ausgeschildert).

#### Anmeldung und

#### Weitere Info's:

[www.rothaar-waldlauf.de](http://www.rothaar-waldlauf.de)

#### Haftung:

Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung bei Unfällen oder Schäden jeglicher Art.  
Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.

# 27. Helberhäuser HauBerg-Lauf



## Samstag, 26. Oktober 2024

### Letzter Lauf der Rothaar-Laufserie mit Siegerehrung Schülerinnen, Schüler und Jugend im AOK-Laufcup 2024

#### Startzeiten:

2 km	13:40 Uhr	Schülerinnen / Schüler ab U10 bis U16
500 m	14:00 Uhr	Bambini
12 km	14:15 Uhr	Cup-Lauf ab W20 / M20
6 km	14:20 Uhr	Jugend U18 und U20 bzw. W20-99 / M20-99 W/M ohne gesonderte Altersklassenwertung
7 km	14:25 Uhr	Walking / Nordic Walking

**Start und Ziel:** Sportplatz in der Ortsmitte von Helberhausen

**Meldungen:** Internet: <https://www.tsg-helberhausen.de/veranstaltungen/hauberglauf/>  
bis 24.10.2024 Email: [hauberglauf@tsg-helberhausen.de](mailto:hauberglauf@tsg-helberhausen.de)

**Startgelder:** Schüler/innen 3 €, Jugend 7 €, Erwachsene 10 €,  
Bambini kein Startgeld, Nachmeldegebühr 3 €

**Verpflegung:** Im Start-/Zielbereich werden nach dem Wettkampf Tee, Wasser  
und KROMBACHER 0,0% - Getränke angeboten,  
beim 12 km-Lauf ist eine Wasserstelle eingerichtet.

Kaltgetränke, Würstchen, belegte Brötchen, Waffeln,  
reichhaltiges Kuchenbuffet und Kaffee / Tee in der Turnhalle

**Auszeichnung:** Urkunden

**Ausrichter:** TSG Helberhausen 1898 e.V.  
[www.tsg-helberhausen.de](http://www.tsg-helberhausen.de)

**Haftung:** Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für  
Schäden jeglicher Art. Die Teilnahme erfolgt  
auf eigene Gefahr.





# westenergie

**Du. Mit uns.**  
Jetzt bewerben.

Wie Du bist. Was Du fühlst:  
Wir sehen Dich.

Wir bei Westenergie kennen uns, vertrauen uns  
und sehen uns – so wie wir sind. Bei uns kannst  
Du Dich mit all Deinen Facetten einbringen.  
Klingt gut? Dann komm in unser Team.

Scannen und  
mehr entdecken.





Krombacher

ALKOHOLFREI

0,0%

SCHMECKT

GRENZENLOS

ERFRISCHEND.

Natürlich. Isotonisch. Alkoholfrei.

