

19. Panorama Marathon

2. Dezember 2017

(Einladung zum gemeinsamen, nicht öffentlichen Trainingsmarathon)

Organisation: Detlef Erasmus, Bredenbeekweg 14, 31848 Bad Münder
Bei Rückfragen: Info@running-paule.de

Start: 10:00 Uhr – Treffen 9:45 Uhr, Gasthaus Ziegenbuche, An der Ziegenbuche 6,
31848 Bad Münder, Anfahrt über B442 - Abfahrt Ampelkreuzung Deisterallee

Strecke: Einführungsrunde und 8 herrliche Panoramarunden mit ca. 680 HM im Deister
Laufzeit: max. 5:15 Std + Toleranz des Organisers, Frühstart nur nach Rücksprache!

Verpflegungsstation bei Start/Ziel: Wasser, Cola, Tee, Bananen, Salzstangen, Haferkekse.
Eigenverpflegung kann dort abgelegt werden – ohne Aufsicht!

Bewerbung/Anmeldung mit Angabe von Vorname, Nachname, Altersklasse, ggf. Verein
an: Info@running-paule.de

Kostenbeitrag: 6,- Euro am Start als Spende erwünscht.

Auszeichnung: Urkunde vor Ort in der „Ziegenbuche“. Bitte saubere Kleidung mitbringen.

Sonstiges: max. 24 Starter. Startberechtigt sind nur Personen mit Anmeldebestätigung
des Organisers.

Haftung: Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Der Veranstalter haftet nicht
bei Unfall, Diebstahl oder sonstigen Schadensfällen.



www.running-paule.de