

23. Running Paule Marathon

11. August 2018

(Einladung zum gemeinsamen, nicht öffentlichen Trainingsmarathon)

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

Start: 10 Uhr – Treffen 9:45Uhr, Gasthaus Bergschmiede, Im Süntel, 31848 Bad Münster,
Anfahrt über die Süntelstraße

Strecke: 395 Meter + 11 Runden je 3,8 km mit insgesamt ca. 650HM

Laufzeit: max. 5:15 Std + Toleranz des Organisors, 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 „Bergschmiede“. Bitte saubere Kleidung mitbringen.

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

Haftung: Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Es gelten meine Teilnahmebedingung
die auf www.running-paule.de unter Lafevents zu finden sind.



www.running-paule.de