

Mit freundlicher Unterstützung durch:



TOSHIBA

LANDGARTEN®



planungsbüro für gebäudetechnik
das leitwerk
www.leitwerk.at



9. Niederösterreichischer Mittelpunktlauf & Gesundheitstag



14. Mai 2011, ab 11:00 Uhr
Leopold Figl - Sportanlage Kapelln

Knirpselauf (Kindergartenkinder):	300 m	13:45 Uhr
Kinderlauf (Volksschulkinder):	600 m	14:00 Uhr
Jugendlauf:	1700 m	14:15 Uhr
Nordic Walking-Bewerb:	7500 m	14:30 Uhr
Hauptbewerb:	7500 m	15:00 Uhr

Staffellauf Firmen / Vereine: 3x300 m 16:00 Uhr
Mit einem Stechen über **Seilziehen** um den Tagessieg

Tombola Nudelgerichte Hüpfburg



Im Rahmen des Kapellner Gesundheitstages:

Laktattest für die ersten 25 Online-Anmeldungen zum Hauptlauf
Messung erfolgt vor und nach dem Lauf

Die ersten 20 Online-Anmeldungen zum Nordic Walking-Bewerb
erhalten einen **gratis Schrittzähler** schon vor dem Wettbewerb
von den Wanderfreunden Kapelln!

Fitnessstest für Jung und Alt!

Gesundheitsstraße für Jung und Alt!

Tipps zur gesunden Ernährung für Kindern!

Ernährungsquiz für Kinder!



Wertung (weitere Details online):

Hauptbewerb: Übliche Altersklassen, Damen / Herrn getrennt

Staffel: FIRMENWERTUNG, SPORT- und FUN Läufer, gemischte Staffeln. **Die besten 4 Staffeln bestreiten ein Seilziehen um den Tagessieg.**

Nordic Walking: Damen / Herrn getrennt, Gruppengröße

Anmeldung:

www.mittelpunktlauf.at oder www.kapelln.at

ab 13. April 2011,

Anmeldeschluss über Homepage bis 13. Mai, 15:00 Uhr

Nenngeld:

Ist bei Abholung der Startnummern zu bezahlen.

Kinder und Jugendliche: € 4,0

Hauptbewerb: € 9,0

Nordic Walking: € 6,0

Staffel (pro Staffelgruppe): € 12,0

Bei Nachnennung am Veranstaltungstag werden 2€ zusätzlich verrechnet.

Startnummern:

Können zwischen 11:00 und 13:30 Uhr am Veranstaltungstag auf der Sportanlage abgeholt werden.

Start / Ziel:

Sportanlage Kapelln (Umkleidekabinen und Duschen vorhanden)

Strecke:

Kinder-, Jugend- und Staffellauf rund um die Sportanlage Kapelln. Hauptbewerb und Walking-Bewerb führen über die traditionelle 7200m lange Cross-Strecke zum N.Ö. Mittelpunkt - kopiertes Gelände, Strecke teilweise asphaltiert.

Verpflegung:

"Starter-Sackerl" beim Abholen der Startnummer
Eine Versorgungsstelle an der Strecke, im Zielbereich Kuchen, Bananen, isotonische Getränke.
In unserer Kantine Getränke und Nudelgerichte.

Veranstalter:

LC Kapelln mit der Gemeinde Kapelln

Moderator:

Markus Edlinger

Kontakt:

Josef Eder: 0676 734 78 05

René Schmied: 0676 843 720 100

Streckenführung:



Topographie:

