



38. Donner Frühlingslauf

des

MTV St. Michaelisdonn

Sonntag, 26. März 2023



Weitere Infos:

info@mtv-st-michaelisdonn.de

www.mtv-st-michaelisdonn.de

André Radunz 04853 213404

Sonntag, 26. März 2023

11,4 km Rundkurs

Abwechslungsreiches Gelände mit Niveau, Wertung für den Dithmarschen Cup.

Startzeit: **26.03.2023, 10:00 Uhr**

Wertung:

Weibl. und männl. Jugend (U18 / U20)

Frauen und Männer M/W30, M/W40, M/W50,

M/W60, M/W70



5 km Schnupperkurs - Für Läufer(innen) und Walker(innen)

Abwechslungsreiches Gelände

Startzeit: **26.03.2023, 09:50 Uhr**

Wertung für Läufer(innen):

Schülerinnen und Schüler (U10—U16)

Weibl. und männl. Jugend (U18 / U20)

Frauen/Seniorinnen, Männer/Senioren

Walker(innen) ohne Wertung



500 m Mühlenlauf für Kinder bis 8 Jahre

Startzeit: **26.03.2023, 09:30 Uhr**

Strecke über 500 m von der Mühle zum Zieleinlauf bei den „Großen“ ohne Zeitwertung.

Jedes teilnehmende Kind bekommt eine Medaille.

Anmeldung nur direkt am Veranstaltungstag in der Grundschule.

Kleingedrucktes

Anmeldung

Online über <http://stgk.de/0/85.htm> oder Link auf der MTV Homepage

Anmeldeschluss 1 Woche vor Veranstaltungsbeginn, Sonntag, 19. März 2023

Die Ausgabe der Startnummern erfolgt in der Grundschule. Hinweise zu den datenschutzrechtlichen Bestimmungen entnehmen Sie bitte der Homepage des MTV St. Michaelisdonn.

Startgebühren

11,4 km Rundkurs—Erwachsene 10 €, Jugendliche 7 €

5 km Schnupperkurs—Läufer(innen) - 7 €

5 km Schnupperkurs—Walker(innen) - 5 €

Mühlenlauf—2 €

Nachmeldegebühr—4 € (bis 60 Min. vor Start)



Start/Ziel

25693 St. Michaelisdonn, Am Sportplatz, Höhe Grundschule

Ausnahme 500 m Mühlenlauf, Start an der Mühle

Zeitnahme

Die Zeitnahme erfolgt mit einem Transponder der Firma Sport Timing Gierke Kultscher. Den Transponder erhalten Sie bei der Ausgabe der Startunterlagen. Es wird keine Leihgebühr verlangt. Bei Nichtrückgabe wird ein Kostenbeitrag von 15 € erhoben. Bitte geben Sie den Transponder nach dem Zieleinlauf im Zielbereich wieder ab. Nähere Informationen zu dieser Technik unter www.stgk.de.

Auszeichnungen / Siegerehrung / Nach dem Lauf

Jeder Teilnehmer erhält ein Präsent im Zielbereich. In der Grundschule wird Verpflegung (belegte Brote, Kuchen und Getränke) ausgegeben. Die Siegerehrung findet gegen 12:00 Uhr in der Sporthalle statt. Altersklassensieger erhalten einen Pokal, die drei Erstplatzierten jeder Altersklasse eine Urkunde. Umkleiden / Duschen in der Grundschule vorhanden.

Die Ergebnisse werden online unter www.mtv-st-michaelisdonn.de und www.stgk.de veröffentlicht.

Parkplätze / Haftung

Die Straße „Am Sportplatz“ wird Höhe Grundschule am Tag der Veranstaltung für den öffentlichen Verkehr gesperrt. Bitte nutzen Sie die umliegenden Parkmöglichkeiten.

Für Unfälle, verlorene Gegenstände und Sonstiges wird nicht gehaftet.

Info

www.MTV-St-Michaelisdonn.de

Info@MTV-St-Michaelisdonn.de

André Radunz, 04853 213404

Heller & Soltau

Neufahrzeuge • Ersatzteile • PKW- & Zweiradreparatur

Lack Center Dietmair

Fahrzeuglackierermeister
Uwe Dietmair
Schwarzer Weg 8
25693 St. Michaelisdonn

Mobil 0170 5363444
Telefon 04853 8804746
Fax 04853 8804737
E-Mail: lackcenter@t-online.de



Autohaus **Jöhnk** e.K.

Inh. Maïke Rohwedder

Fahrzeugverkauf u. Instandsetzung aller Marken

St. Michaelisdonn
Schwarzer Weg 8

Tel. (04853) 88040-0
Fax (04853) 1879
www.autohaus-joehnk.de



*Heuck's
Würstchen*

Fleischerei Heuck
Bahnhofstr. 21
St. Michaelisdonn
Tel.: 04853/900



Blumen &
mehr



Lohnunternehmen
Thies Buhmann