

Mit sportlicher Unterstützung:



19. März // ab 10 Uhr
Start & Ziel: Theodor-Heuss-Gymnasium



Veranstalter des
Stadtwerke Dinslaken
Energy Run:



19. März

SD Energy Run 2023



Für alle Freunde des Langstreckenlaufs!

Anmeldung & Infos

<https://www.taf-timing.de/dinslaken2023>

Strecke

DLV-vermessener 2,5 km flacher Rundkurs, mit Start und Ziel am Theodor-Heuss-Gymnasium, Voerder Straße 30, 46535 Dinslaken

Bambini-Marathon

Top-Apotheke

10.00 Uhr

10.05 Uhr

380 m, Jungen (2016 und jünger, max. 120 TN)

380 m, Mädchen (2016 und jünger, max. 120 TN)

Jugendlauf

DIN-Service

10.15 Uhr & 10.45 Uhr

10.20 Uhr & 10.50 Uhr

2,5 km, Schüler

2,5 km, Schülerinnen

MJ/WJ U16 + U14 u. MK/WK U12 + U10 (M/W A-D 2008-2015)

Volkslauf

Hellmich

1. Lauf bis 30 Min. 11.30 Uhr

2. Lauf ab 30 Min. 12.30 Uhr

5 km, ohne AK-Wertung

Walking

11.31 Uhr

2,5 km Walking*, nur Zeitnahme (max. 100 TN)

Hauptlauf

Stadtwerke Dinslaken

13.40 Uhr

10 km

Mit AK-Wertung, MJ/WJ U20 + U18 (2004-2007), Männer/Frauen und AK M/W 30-80 (alle 5 Jahre)

TN = Teilnehmer; *kein Nordic-Walking;

Voranmeldung

Bis Sonntag, 06. März 2023, 18.00 Uhr.

Der Veranstalter behält sich vor, den Meldeschluss für einzelne Läufe bei zu hoher Beteiligung vorzuziehen. Die ersten **600** Voranmelder im Jugendlauf erhalten ein T-Shirt. Die ersten **1.200** Voranmelder im 2,5 km Walking, 5- & 10-km-Lauf erhalten ein Funktions-Shirt.

Startgebühr

2,- Euro Bambini-Marathon; 3,- Euro Jugendlauf; 7,- Euro Walking (kein Nordic-Walking); 12,- Euro Volkslauf, 5 km; 12,- Euro Hauptlauf, 10 km; zuzüglich 3,- Euro Chip-Pfand für alle Läufe

Nachmeldungen

Bis 30 Minuten vor dem jeweiligen Lauf möglich (wenn nicht ausgebucht)
Nachmeldegebühr 2,- Euro

Ergebnislisten

<https://www.taf-timing.de/dinslaken2023>

SuS 09, TV Jahn Dinslaken, Marathon Dinslaken und Stadtwerke Dinslaken wünschen viel Erfolg.



Marathon Dinslaken

seit 1981

Meldebüro

Mensa Theodor-Heuss-Gymnasium

Nachmeldungen sowie Start-Nr.- und Shirt-Ausgabe.

Sa. 18.03. – 11.00 Uhr bis 13.00 Uhr oder So. 19.03. ab 9.00 Uhr

Nach jedem Lauf: Urkundenausdruck, Start-Nr.-Rückgabe, Pfand-Rückzahlung, Shirt-Ausgabe und Siegerehrung.

Zeitnahme

TAF-Timing Team

Für die Startnummer mit integriertem Chip wird ein Pfand von 3,- Euro erhoben. Auszahlung bei Rückgabe der Startnummer.

Schulen & Kitas

Die Start-Nr. und T-Shirts können klassen-/gruppenweise am 16.03. von 17.00 bis 18.00 Uhr bei den Stadtwerken in Dinslaken abgeholt werden.

Auszeichnungen

Jeder Finisher erhält eine Urkunde (direkt nach dem Zieleinlauf).

- + Pokale für die 3 teilnehmerstärksten Schulen im Jugendlauf.
- + Preise und Pokale für die 3 Erstplatzierten jeder Altersklasse.
- + Sonderpreise für die 3 zeitschnellsten Läufer/-innen im 10-km-Lauf.
- + Die teilnehmerstärksten Klassen (Stufe 2-8) erhalten jeweils 100 € für ihre Klassenkassen.
- + Schnellste Mannschaft (3 Personen) M/W im 10-km-Lauf.

Umkleiden & Duschen

Männer: Theodor-Heuss-Gymnasium, Voerder Straße 30
Frauen: Lehrschwimmbecken Turnhalle, Bismarckstraße 46

Moderation

Die Stimme des Langlaufes: Laurenz Thissen

Beschallung

CBB Drive-in-Sound Walter Stahl

Sanitätsdienst

Deutsches Rotes Kreuz Dinslaken-Voerde-Hünxe

Sportbekleidung

Sport Birkner, Dinslaken-Hiesfeld, Sterkrader Str. 268

Haftung

Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Schäden jeglicher Art.

Informationen

manfred@marathon-dinslaken.de, Mobil: 0163 / 294 57 45

Die Veranstaltung findet bei jeder Witterung statt! (Außer bei Orkanmeldung, Schnee- und Eis-Chaos.)