



31. Waldlauf auf den Hinsbecker Höhen

Termin

Samstag, 21. Januar 2023

Austragungsort

Nettetal-Hinsbeck

Start und Ziel befindet sich in der Höhe der Jugendherberge Hinsbeck.



Startzeiten

11:30 Uhr	Bambinilauf 0,7 km
11:40 Uhr	Walking/Nordic Walking 7,5 km
11:45 Uhr	Kinderlauf 1,1 km
12:00 Uhr	Jugendlauf 1,9 km
13:15 Uhr	1. Hauptlauf 5 km
14:15 Uhr	2. Hauptlauf 10 km

Klasseneinteilungen für die Läufe

Bambinilauf:	Bambini (U8) (Jahrgang 2016 und jünger)
Kinderlauf:	Kinder (U10 und U12) (Jahrgang 2012-2015)
Jugendlauf:	Jugend (U14 und U16) (Jahrgang 2008-2011)
Hauptläufe:	Jugend (U18 und U20)//Männer/Frauen//Senioren/Seniorinnen (ab Jahrgang 2007)

Strecke

Die Laufstrecke führt über befestigte Waldwege mit leichten Steigungen. Die Strecke kann nur bedingt mit Spikes gelaufen werden. Die Walkingstrecke führt auch über asphaltierte Straßen.

Meldungen

Bis zum **20. Januar 2023** nur über das **Online Portal** mit folgendem Link:

<https://my.raceresult.com/227717/registration>

Für einen reibungslosen Ablauf bitten wir um Voranmeldungen!

Nachmeldungen werden am Veranstaltungstag bis 60 Minuten vor Beginn des jeweiligen Laufes angenommen.



Startunterlagen

Startnummernausgabe erfolgt im Start-/Zielbereich

Startgeld

Bambini kein Startgeld, Kinder/Jugend **5 €**, Frauen/Männer **10 €**

Nachmeldegebühren zzgl. **8 €** zur Startgebühr

Umkleide

In diesem Jahr stehen leider keine Duschen und Umkleideräume zur Verfügung.

Wertung

Kinder und Jugend Jahrgangswertungen

Männer und Frauen Altersklassenwertungen

Walking/Nordic-Walking erfolgt mit Zeitmessung, aber ohne Wertung.

Urkunden

Urkunden stehen online auf der Ergebnisseite zum Download bereit.

Die Siegerehrung der Bambini-/Kinder-/Jugendläufe sollen unmittelbar nach diesen Läufen stattfinden.

Dritter Wertungslauf des **8. Niederrheinischen Waldlauf-Cups** mit anschließender Ehrung der Sieger der Cup-Wertung.

Ergebnislisten

Die Ergebnislisten werden zeitnah im Internet veröffentlicht. Die entsprechenden Links sind auf unserer Webseite zu finden: www.vfl-Hinsbeck.de.

Verpflegung

Im Verpflegungszelt in der Nähe des Zieleinlaufs stehen Wasser und warmer Tee sowie Obst für die Läufer bereit.

Haftung

Der Ausrichter übernimmt keine Haftung bei Unfällen, Diebstahl oder sonstigen Schadensfällen. Die Teilnahme erfolgt auf eigenes Risiko. Die Teilnehmer versichern, dass sie für die Teilnahme an dieser Veranstaltung körperlich gesund sind.

Änderungen im Ablauf der Veranstaltung – insbesondere organisatorischer oder witterungsbedingter Art – behält sich der Veranstalter sich vor.



Datenschutzbestimmungen

Mit der Anmeldung zur Teilnahme an dieser Veranstaltung willigen die Teilnehmer in die maschinelle Speicherung und Nutzung ihrer personenbezogenen Daten durch den Veranstalter für die Organisation der Veranstaltung sowie in die Veröffentlichung und Verbreitung der Ergebnisse sowie der im Zusammenhang mit der Veranstaltung erstellten Foto -und Filmaufnahmen ein.

Bei minderjährigen Teilnehmern erfolgt die Anmeldung mit Einwilligung des gesetzlichen Vertreters.

Anreise

Anschrift Heide 1, 41334 Nettetal-Hinsbeck (Jugendherberge Nettetal-Hinsbeck)

BAB 40 Abfahrt Wankum-Wachtendonk (Abfahrt 3), dann weiter Richtung Viersen/Grefrath. Nach 2 km biegen Sie rechts ab Richtung Hinsbeck (Müllemer Str.), nach dem Ortsschild rechts in die Oberstraße abbiegen, Straßenverlauf folgen (rechte Seite ist die Jugendherberge, linke Seite befindet sich ein großer Parkplatz)

BAB 61 Abfahrt Nettetal (5), links abbiegen, geradeaus bis zum Kreisverkehr (ca. 6 km), im Kreisverkehr 'geradeaus' fahren, nächste Möglichkeit rechts, nach 150 m links auf den Höhenweg, am Ende links (rechte Seite ist die Jugendherberge, linke Seite befindet sich ein großer Parkplatz)

Veranstalter

VfL Hinsbeck 1900 e.V. , Nicole Heydhausen, Tel: 0157 55988972

Niederrheinischer Waldlauf-Cup

Die Cup-Wertung setzt die Teilnahme beim **18. Seidenraupen Cross** am 18.09.2022 und dem **75. Viersener Herbstlauf „Rund um den Bismarckturm“** der **LG 1947 Viersen e.V.** am 15.10.2022 sowie die Teilnahme beim **31. Waldlauf auf den Hinsbecker Höhen des VfL Hinsbeck** voraus. Bei den Veranstaltungen muss jeweils in derselben Wettkampf-Kategorie (Kurz- (jeweils 6 bzw. 5 km) oder Langstrecke (16 bzw. 10 km) gestartet werden. Im Falle eines Klassenwechsels zum 01.01.2023 erfolgt die Cup-Wertung in der für 2023 gültigen Klasse. Eine gesonderte Anmeldung für die Cup-Wertung ist nicht notwendig.

Die Cup-Wertung erfolgt durch Addition der drei Laufzeiten. Die Cup-Sieger der Wertungsklassen MJ U18 bis M35, M40 bis M55, M60 und älter sowie WJ U18 bis W35, W40 bis W55, W60 und älter der jeweiligen ausgeschriebenen Strecken erhalten Sachpreise. Eine Ehrung der Cup-Sieger erfolgt im Anschluss an die Läufe bei der letzten Veranstaltung.