



15. Volkslauf am Hexenhäuschen



Hexenlauf am Sonntag, 22.10.2017

Streckenrekorde am Hexenhäuschen: (männlich)

Strecke	Zeit	aufgestellt von	Verein	AK	Jahr
10 km	32:46,1	Aaron Bienenfeld	LG Offenbach	MJ U20	2015
5 km	15:29	Aaron Bienenfeld	LG Offenbach	MJ U20	2016

Streckenrekorde am Hexenhäuschen: (weiblich)


Strecke	Zeit	aufgestellt von	Verein	AK	Jahr
10 km	38:54,8	Kerstin Straub	SSC Hanau Rodenbach	W 20	2009
5 km	18:40,3	Kerstin Straub	SSC Hanau Rodenbach	WJA	2007



AOK Hessen - Laufserie

Anmeldeformular für Gruppen und Einzelpersonen zum 15. Hexenlauf am Sonntag den 22.10.2017

Verein / Gruppe Club / Name:		Teamchef:	
Straße:		Fax:	
PLZ / Wohnort:		E@Mail:	
Telefon:		Datum, Unterschrift:	

Hexenlauf 2017  Name, Vorname	2,58 km Einsteigerlauf	5 km Jedermannslauf	10 km Hauptlauf	1 km Schnupperlauf	männlich (Bitte "M" eintragen)	weiblich (Bitte "W" eintragen)	Geburtsjahr / Jahrgang (Bitte eintragen, Bsp.: '1962)	Startnummer <small>(Wird vom Veranstalter eingetragen)</small>	Organisationsbeitrag
Max, Muster		X			M		1964		

Bitte vollständig ausfüllen (Musterzeile beachten). Die Startnummer wird vom Veranstalter vergeben.
Jeder 11. Läufer eines Vereins ist vom Organisationsbeitrag befreit.
 Sie erleichtern durch die Voranmeldung die reibungslose Abwicklung der Veranstaltung.
 Es entstehen keinerlei Kosten bei Nichterscheinen, bezahlt wird bei Abholung der Startnummern.

15. Hexenlauf am Sonntag, 22.10.2017

Einsteigerlauf:	2,58 km - Startzeit: 9:30 (1 Runde mit 2.420 m plus Startgerade 160 m ab "kleiner" Start)
Jedermannslauf:	5 km - Startzeit: 09:30 (2 Runden mit 2.420 m plus Startgerade 160 m ab "kleiner" Start)
Schnupperlauf:	1 km - Startzeit: 10:45 (Die Strecke startet am Hexenhäuschen und endet hinter dem Waldfestplatz auf dem Abenteuerspielplatz)
Hauptlauf:	10 km - Startzeit: 11:30 (4 Runden mit 2.420 m plus Startgerade ab Hauptstart !)
Start und Ziel:	Waldfestplatz Weiskirchen / Hexenhäuschen (nähe Hügel an der verlängerten Schillerstraße)
Wertung:	Nach den derzeit gültigen Altersklassen (5er Schritte).
Strecke:	Es handelt sich um eine fast ebene Waldstrecke die nur bei extremer Witterung leichten Cross - Charakter erhält. Die Strecke ist in Km eingeteilt und für die Zwischenzeitnahme entsprechend markiert.
Auszeichnungen:	Jeder Teilnehmer erhält eine Hexenlauf - Urkunde.
Sonstiges:	Die Toilettenanlage am Waldfestplatz (Start) ist geöffnet. Duschen befinden sich in der Sporthalle (zurück über die Schillerbrücke) ca. 800 m entfernt. Die Siegerehrung findet unmittelbar nach den Läufen auf der Waldfreizeitanlage statt. Für Verpflegung ist bestens gesorgt.
Organisationsbeitrag:	Männer, Senioren, Frauen, Seniorinnen 8,- € Jugend bis M/W 15 und Senioren ab M/W 65 5,- €
Meldungen:	bis 20. Oktober 2017 an Dieter Hoffmann, Lausitzer Str. 8, 63110 Rodgau Nachmeldungen am Wettkampftag bis 30 Minuten vor dem Start.
Anmeldung per @ Mail:	d.hoffmann@t-online.de Bitte unbedingt " Hexenlauf " im Betreff angeben. Folgende Daten sind für alle Meldungen erforderlich: Vor und Nachname, Jahrgang, Geschlecht, Verein und die gewünschte Strecke.
Online Anmeldung:	www.hexenlauf.de
Haftung:	Die Veranstaltung ist durch eine entsprechende Sportversicherung des LSB abgesichert. <u>Ausnahme</u> : Für Diebstahl besteht keine Haftung. Unser Service: Taschen können abgegeben werden !
Anreise:	Rodgau Weiskirchen (bei Offenbach/M). Wegbeschreibung Weiskirchen auf der letzten Seite nutzen. Der Spielhügel befindet sich an der verlängerten Schillerstraße (Ortsausgang).

Spielhügel / Der Weg zum Volkslauf

Aus Richtung Frankfurt über die **A 3** in Richtung Würzburg

- Abfahrt Obertshausen, Heusenstamm (Anschlußstelle 53)
- Landstraße parallel zur **A 3** in Richtung Obertshausen / Hausen
- Abzweigung Weiskirchen;
an der Kirche (Ortsmitte) links Richtung Bürgerhaus und danach über die Schillerbrücke

Aus Richtung Würzburg / Aschaffenburg über die **A 3** in Richtung Frankfurt

- Abfahrt Hanau (Anschlußstelle 54),
Richtung Seligenstadt (Industriegebiet Weiskirchen)
- Abbiegen Richtung Industriegebiet Weiskirchen - Ost
Sie befinden sich nun in der Daimlerstraße.
- Auf der 2. Brücke (Schillerbrücke) links; Richtung Spielhügel.

Für Navi und Routenplaner:

Ort: **Rodgau Weiskirchen**

Straße: **Schillerstraße**

Der Start befindet sich im Wald, die Verlängerung der Schillerstraße in den Wald heißt Dreimärkerschneise, die letzte Querstraße im Ort ist die Pommernstraße.

Der Weg ist an diesem Tag auch beschildert !

Öffentliche Verkehrsmittel:

Wir sind auch mit der **S-Bahn** erreichbar. Haltestelle **Rodgau Weiskirchen** aussteigen. Fußweg zum Start knapp 3 km.

Achtung: Es gibt die Möglichkeit der Fahrradmitnahme in der S-Bahn (kostenlos) oder 2 Haltestellen weiter (Jügesheim) das AST (Anrufsammeltaxi Tel.: 06106 / 646464) nutzen. Es fährt auf Abruf (Bestellung 30 Min. vor der Abfahrt !) und hält in der Pommernstraße (500 m zum Start).

Duschen:

In der Sporthalle des SV Weiskirchen. Zurück über die Schillerbrücke (geradeaus) hinter dem Parkplatz. Davor ist ein Kindergarten und das Bürgerhaus.

Fragen:

Für Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Mobil: 0171 / 938 6592 oder per Mail unter **d.hoffmann@t-online.de**

Zusatzwettbewerb:

Im Anschluß an die Laufwettbewerbe findet **Nordic Walking** bzw. **Walking** statt.

Die Strecke ist **7,5 km** lang und damit eine mögliche Disziplin für das Sportabzeichen. Auch 5 km **Nordic Walking** sind im Angebot.



Wir freuen uns auf Sie !