



# Einladung zum 15. Hesselberg – Berglauf am 24. September 2023



Hallo liebe Sportlerinnen und Sportler,

die höchste Erhebung Mittelfrankens, den Hesselberg, mit seinen 689 Metern, werden wir in diesem Jahr bereits zum 15. Mal erlaufen.

Erstmals veranstalten wir einen Hindernislauf für Kids am Sportheim des VfL EHINGEN. Ebenso freuen wir uns auf den Zusatzwettbewerb „Steil nauf 1000“, bei welchem innerhalb von 1000 Metern, 130 Höhenmeter überwunden werden. Der Hesselberglauf selbst zeigt sich in einem neuen Gesicht und dürfte sich auch Panoramalauf nennen. Lasst euch überraschen

- Start:** **Sonntag, 24.09.23** 91725 EHINGEN Sportanlage
- 09:00 Uhr** **Kidsrun 6-9 Jährige**, ca. 700 Meter Hindernislauf am Sportplatz VfL EHINGEN
- 09:15 Uhr** **Kidsrun 10-13 Jährige**, ca. 1400 Meter Hindernislauf am Sportplatz VfL EHINGEN
- 10:00 Uhr** **Hesselberglauf 7,9 km**, Anstieg 330 Höhenmeter, Abstieg 110 Höhenmeter
- Ca. 11:15 Uhr** „**Steil nauf 1000**“ 1 km, Anstieg 120 Höhenmeter (wird nach dem Berglauf als Zusatzwettbewerb angeboten)
- Ziel:** Höchster Punkt des Hesselberges (Gipfelkreuz 689 m)
- Meldungen:** Die Anmeldung kann bis 22.09.23 vorgenommen werden: unter <http://my.raceresult.com/248250/>
- Kontakt Ausrichter:** Michael Lutz, Tel: 0175/5615150; E-Mail: [lutzmf@web.de](mailto:lutzmf@web.de)
- Meldegebühr:**
- |                 |                              |
|-----------------|------------------------------|
| Kidslauf        | 3.- € (keine Nachmeldgebühr) |
| Hesselberglauf  | 10.- €                       |
| Steil nauf 1000 | 3.- €                        |
- Nachmeldungen:** Sind bis 45min vor dem Start möglich und werden mit 5.-€ zur Startgebühr zusätzlich veranschlagt
- Wertungen:** Kidsrun w/m 6-9 und 10-13 Jährige
- Hesselberglauf** Frauen mit AK Wertungen; Männer mit AK Wertungen  
Männliche/weibliche Jugend A (U20) und B (U18)
- Steil nauf 1000** Zieleinlauf w/m
- Auszeichnung:** Urkunden für alle Teilnehmer.
- Siegerehrung:** Kidsrun direkt im Anschluss  
Berglauf und Steil nauf 1000 im Anschluss im Sportheim VfL EHINGEN um etwa 12:45 Uhr
- Durchführung:** Erfolgt nach den internationalen Wettkampfbestimmungen (IWB) sowie DLO und findet bei jeder Witterung statt.

**Eine Vereinszugehörigkeit ist für die Teilnahme nicht erforderlich!**