



Fakten

21.1 km (Halbmarathon) auf gut befestigten Waldwegen
363 Höhenmeter
Siegerpreis für alle Altersklassen
Wanderpokal für stärkste Teilnehmergruppe (Schulen/Unternehmen/Vereine)

Staffellauf

Streckenabschnitte: 5.6 km / 10.4 km / 5.1 km
Gemischte Staffel möglich

Walker / Nordic-Walker

Streckenlänge ca. 10 km

Schülerlauf Jahrgang 2003/2004 - 700 m (ohne Zeitmessung)

Schülerlauf Jahrgang 2000-2002 - 1400 m (ohne Zeitmessung)

Veranstalter

SV Vettelschoß - Kalenborn 1924 e.V.
Förderverein Franziskus Krankenhaus Linz/Rhein e.V. unterstützt durch Birkenstock

www.rheinhoehenlauf.de

Bitte freimachen!

Antwort

SV Vettelschoß
Willscheider Weg 28
53560 Vettelschoß

5. RHEINHÖHENLAUF
25. September 2010



KOMM UND LAUF

>> **Tombola-Hauptgewinn**
Traumreise zum New York Marathon
>> **1.000,- € Streckenrekord**



unterstützt durch:





5. RHEINHÖHENLAUF
25. September 2010



Komm und lauf den 5. Rheinhöhenlauf 2010!

Der Rheinhöhenlauf findet in diesem Jahr zum 5. Mal statt. Von Beginn an hat unser Lauf in jedem Jahr neue Maßstäbe gesetzt. Im Jahr 2009 fielen bei Traumwetter zwei fabelhafte Streckenrekorde mit 1:08:17 h von Emmanuel Samal und 1:13:49 h von Jeunice Kales. Es gab darüber hinaus einen neuen Teilnehmerrekord mit 1250 Läuferinnen und Läufern und einen Helferrekord mit über 170 ehrenamtlichen Helfern. Beim Rheinhöhenlauf stimmen Atmosphäre und Leistung, das hören wir von vielen Teilnehmern. Um diesem Qualitätsanspruch auch in Zukunft gerecht zu werden, haben wir das Feld der TeilnehmerInnen auf 1250 begrenzt.

Neben dem Halbmarathon als Einzel- oder Staffellauf können auch in diesem Jahr wieder Walker und Nordic-Walker teilnehmen. Für die Schülerinnen und Schüler der Geburtsjahrgänge 2003/2004 sowie 2002 – 2002 bieten wir 700 m bzw. 1400 m Läufe an.

Die begehrte New York Reise für zwei Personen, mit der Möglichkeit zur Teilnahme (Eine Person) am berühmten Marathonlauf am 6. November 2011, wird unsere Tombola sicher wieder zu einem Renner machen. Ganz besonders danken möchte das Organisationsteam allen Helfern und Helferinnen, die den Rheinhöhenlauf mit ihrem Einsatz erst möglich machen, allen Aktiven und unseren Sponsoren, insbesondere unserem Hauptsponsor, die in Vettelschoß ansässige Birkenstock Orthopädie GmbH & Co. KG.

Auch in diesem Jahr wünschen wir allen Teilnehmern: **Viel Erfolg beim 5. Rheinhöhenlauf.**

Die Organisatoren

Dieter Altmann, Paul Brüning, Wolfgang Gemein, Frank Prangenberg, Dennis Wester

Programm

Ort: Firmensitz Birkenstock Orthopädie GmbH & Co. KG, Rheinstraße 2-4, 53560 Vettelschoß

Freitag: 18.00 Uhr bis 20.00 Uhr Startnummernausgabe / Loseverkauf Tombola

Samstag: 9.00 Uhr bis 12.00 Uhr Möglichkeit die Musterräume und das Logistikzentrum zu besichtigen / Loseverkauf Tombola

10.00 Uhr- 12.00 Uhr Startnummernausgabe

13.00 Uhr Rheinhöhenlauf Halbmarathon, Staffeln und Walker/Nordic-Walker

Ziel: Sportzentrum Vettelschoß, Kleidertransport und Bustransfer in den Zielbereich

Ort: Sportzentrum Vettelschoß

13.30 Uhr Schülerläufe mit Start und Ziel am Sportzentrum Vettelschoß

16.00 Uhr Siegerehrung Tombola mit Hauptgewinn Marathonlauf in New York 2011

Rahmenprogramm mit Kinderbetreuung

Anmeldung

Sie können sich ganz einfach im Internet unter www.rheinhoeohenlauf.de oder mit der anhängenden Postkarte anmelden. Bei Anmeldung bis zum 01.06.2010 beträgt die Startgebühr 15 €, bis zum 01.09.2010 17 €. Danach 19 €. Bitte überweisen Sie den Betrag an: Förderverein Franziskus Krankenhaus Linz / Rhein e.V. - Sparkasse Neuwied - BLZ 574 501 20-Konto 300 950 20- Kennwort: Rheinhöhenlauf 2010. Bitte geben Sie auf der Überweisung unbedingt die Startnummer(n) an. Bitte geben Sie zusätzlich unbedingt den / die Namen der Starter an!

Der Erlös der Veranstaltung geht an den Förderverein des Linzer Krankenhauses.

www.rheinhoeohenlauf.de

Name

Straße/Nr.

Ort/PLZ

Verein/Firma

Geburtsdatum

E-Mail

Name der Staffel

Disziplin

T-Shirt

