



 **20. Itzehoeer Störlauf**
11. Mai 2019

www.stoerlauf.de

Die Strecken mit Zeitnahme

2 km	ab Jahrgang 2013 und älter
5 km	ab Jahrgang 2011 und älter
10 km	ab Jahrgang 2007 und älter
Walking	keine Begrenzung
Halbmarathon	ab Jahrgang 2003 und älter

Die Strecken führen fast ausschließlich über asphaltierten Untergrund und enthalten nur geringe Steigungen. Die 2 km- und 5 km-Strecken sind Wendepunktstrecken. Auf dem Rückweg muss auf dem Fahrradweg gelaufen werden. Alle Strecken (bis auf den 2 km-Lauf) sind amtlich vermessen und geeignet für die DLV-Bestenliste.

Teilnahmeberechtigung

Teilnahmeberechtigt ist jedermann. Eine Vereinszugehörigkeit ist nicht erforderlich. Schüler/-innen, die jünger als Jahrgang 2003 sind, dürfen nur bei **einem** ihrem Alter entsprechenden Lauf starten bzw. gemeldet werden. Teilnahme an der HM-Landesmeisterschaft nur mit gültigem Startpass SHLV!

Mit freundlicher Unterstützung der Itzehoeer Versicherungen
www.itzehoeer.de

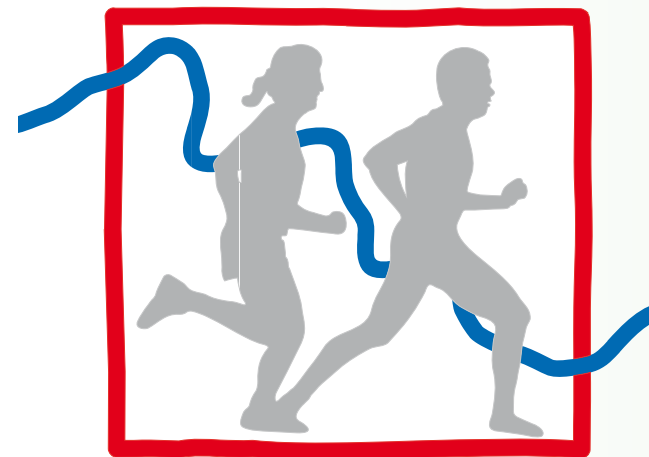


Sponsoren in alphabetischer Reihenfolge

- + AGS / Akademie für Gesundheits- & Sozialberufe
- + Albert-Schweitzer Apotheke
- + AOK – Die Gesundheitskasse
- + Avedo Itzehoe GmbH
- + Black Island Schwarzlicht Minigolf
- + Blume am Ostlandplatz
- + Böttger Druck & Medien
- + Bücher Känguruh
- + DRK Bereitschaft Itzehoe
- + Fahrrad Kaina
- + Fielmann
- + Getränke Hintz
- + Hei-Tech Licht- und Tontechnik
- + Holcim
- + Holstein Center
- + Intersport B & H
- + ISO Looft GmbH
- + ISR Itzehoeer Schrott u. Recycling
- + Itzehoeer Versicherungen
- + IZ4Kids Piratenland
- + Juwelier Albers
- + Kardiologische Praxis Dr. Mibach
- + Klinikum Itzehoe
- + Krankengymnastikpraxis Iris Pingel
- + Mercedes-Benz Süverkrüp+Ahrendt
- + Neurozentrum am Klosterforst
- + Novitas BKK
- + Nütz GraphikDesign Werbung
- + Provinzial Versicherungen
- + Rekord Fenster + Türen
- + Sparkasse Westholstein
- + Spedition Sander
- + Sport Schönbeck
- + Stadtwerke Itzehoe
- + ThiesMediCenter GmbH
- + Volksbank Raiffeisenbank Itzehoe
- + Wittenseer Quelle

Online-Anmeldung
ab 01. März 2019 um 00:00 Uhr

www.stoerlauf.de



20. Itzehoeer Störlauf
11. Mai 2019

2 km, 5 km, 10 km

Halbmarathon

mit Landesmeisterschaft HM SHLV

Walken 5 km, 10 km

Kinderläufe 400 m



Sport-Club Itzehoe
Norddeutsche Rundschau



Itzehoe läuft ...

Veranstalter

Sport-Club Itzehoe und Norddeutsche Rundschau

Ausrichter

Sport-Club Itzehoe
Leitung: Susanne Hansen 04821 900892

Organisationsbereiche

Anmeldung/Startnr.-Ausgabe	Susanne Hansen	04821 900892
Startnr.-Ausgabe AVS	Ingrid Folkerts	04821 85450
Streckenorganisation	Jens Siercks	04821 4887
Landesmeisterschaft HM	Gerd Frähmcke	04821 402782
Cirencester Park/Start-Zielbereich	Peter Hansen	04821 85057
	Thorsten Lange	04821 74531
Siegerehrung	Miriam Kracht	04821 747040
Sponsoring/Presse	Bernd Krohn	04821 91291

Start

Große Paaschburg/Talstraße

Ziel

Cirencester Park

Meldungen

Es sind nur Online-Meldungen ab 1. März, 00:00 Uhr, über die Internet-Seite www.stoerlauf.de möglich. Auch Sammelmeldungen sind online möglich. Schulklassen können bereits vom 15. bis 25. Februar online in Excel-Sammelmeldungen gemeldet werden. Wer über keinen Internetzugang verfügt, kann sich kostenlos ab 1. März bei Sport Schönbeck, Helenenstraße 19, online anmelden. Die Startgebühr ist dann per Überweisung zu bezahlen.

Meldeschluss

28. April oder bei Erreichen der max. Teilnehmerzahl.

Startgebühr (SG)

Kids-Lauf (inkl. Shirt Gr. 128, ohne Zeitnahme)		Jg 2013 - 2015	4,- €	
2 km	bis Jg 2000	6,- €	ab Jg 1999	10,- €
5 km	bis Jg 2000	7,- €	ab Jg 1999	12,- €
10 km				14,- €
Halbmarathon				20,- €
Landesmeisterschaft Halbmarathon SHLV				22,- €
Walker 5 km + 10 km		alle Jg		12,- €

! Ab 29. April kostenpflichtig: Nachmeldungen SG plus 5,- €, Ummeldungen 3,- €.

! Ummeldungen am Veranstaltungstag nicht möglich. Nachmeldungen SG + 5,- €; Landesmeisterschaft HM SHLV SG + 10,- €.

Tritt ein Teilnehmer nicht an, besteht kein Anspruch auf Rückerstattung der Startgebühr.

Versicherung/Haftung

Auch für Nichtmitglieder besteht Versicherungsschutz im Rahmen der Sportversicherung des Landes-Sportverbandes. Die Teilnahme geschieht auf eigene Verantwortung. Veranstalter und Ausrichter übernehmen keine Haftung bei Unfällen, Diebstählen und sonstigen Schadensfällen.

Streckensicherung

Die Streckensicherung übernehmen die Freiwilligen Feuerwehren Münsterdorf und Oelixedorf und die Jugendfeuerwehr Amt Breitenburg. Die Teilnehmer werden vom Deutschen Roten Kreuz (DRK) ärztlich betreut.

Umkleide-/Duschkmöglichkeiten

Umkleidemöglichkeiten mit Taschenaufbewahrung stehen in der AVS zur Verfügung, bitte Ausschilderung beachten. Duschkmöglichkeiten werden bereitstehen, bitte Hinweise auf der Homepage www.stoerlauf.de beachten!

Allgemeine Hinweise

- !** Die Startnummern sind sichtbar auf der Brust zu tragen. Teilnehmer ohne Startnummer werden nicht berücksichtigt.
- !** Das Tragen von Kopfhörern/Earpods o.ä., sowie das Mitführen von Tieren, Babyjoggern, Kinderkarren o.ä. ist verboten.
- !** Wenn Fahrradwege vorhanden sind, müssen diese benutzt werden.
- !** Die Veranstaltung findet bei (fast) jedem Wetter statt. Die Veranstalter behalten es sich allerdings vor, bei extremen Witterungsverhältnissen oder höherer Gewalt abzusagen. Ein Anspruch auf Rückerstattung der Startgelder besteht nicht.

Startzeiten

13:00 Uhr	Bambini-Lauf*	300 TN
400 m-Runde um den Cirencester Park, Begleitung der Kinder möglich		
13:15 Uhr	Kids-Lauf*	100 TN
400 m-Runde um den Cirencester Park, Begleitung der Kinder nicht möglich		
Online-Anmeldung ab 01.03.		
13:20 Uhr	Lauf der Vielfalt – Handicap-Lauf	
400 m-Runde um den Cirencester Park		
Telefonische Anmeldung bis 04.05. unter 04821 900892		
13:30 Uhr	2 km-Lauf I	250 TN
13:45 Uhr	2 km-Lauf II	250 TN
14:00 Uhr	5 km-Lauf I	600 TN
14:30 Uhr	10 km-Walking	200 TN
15:00 Uhr	5 km-Lauf II	600 TN
15:30 Uhr	Halbmarathon mit Landesmeisterschaft	700 TN
16:00 Uhr	5 km-Lauf III	600 TN
17:00 Uhr	5 km-Lauf IV	600 TN
17:30 Uhr	5 km-Walking	200 TN
18:00 Uhr	10 km-Lauf	1.200 TN

*Bambini-Lauf für alle nicht schulpflichtigen Kinder, Anmeldung am Veranstaltungstag im Zirkuszelt im Park. Keine Startgebühr – keine Zeitnahme.
** Kids-Lauf für 4- bis 6jährige, die alleine ohne Begleitung die Runde laufen.

Startnummerausgabe

- !** Die Startunterlagen (einschließlich offiziellem T-Shirt) können am Donnerstag, den 9. und am Freitag, den 10. Mai, jeweils von 13 bis 17 Uhr im Holstein Center (obere Ladenebene) abgeholt werden.
- !** Am Veranstaltungstag sind die Startunterlagen ab 12 Uhr in der Cafeteria der AVS erhältlich.
- !** Die Startnummern sind **nicht** übertragbar.

Wertung

Altersklassenwertung nach IWB (Internationale Wettkampf-Bestimmungen). Teilnehmer der Landesmeisterschaft nehmen automatisch auch an der Gesamtwertung HM teil.

Zeitnahme

Die Zeitnahme erfolgt mit einem Fußchip durch die Firma STGK. Der Chip ist am Laufschuh zu befestigen (Schnürsenkel oder mit dem beiliegenden roten Blitzbinder).

Es wird keine Leihgebühr erhoben. Der Chip ist nach Zieleinlauf sofort abzugeben. Bei Verlust oder Nichtabgabe am Veranstaltungstag werden für die Ersatzbeschaffung 10,- € in Rechnung gestellt.

Verpflegung

Auf den Strecken gibt es alle 5 km Wasser. Im Ziel erhalten alle Teilnehmer Mineralwasser, isotonische Getränke (Witenseer Quelle), Bananen und Äpfel (Novitas BKK). Im Zielbereich wird allen Teilnehmern eine Massage angeboten, durchgeführt von der AGS / Akademie für Gesundheits- und Sozialberufe – Schule für Physiotherapie und der Praxis für Physiotherapie Iris Pingel.

Siegerehrung/Auszeichnungen nur für Läufer/-innen

Alle Teilnehmer erhalten eine Medaille und im Jubiläumsjahr des 20. Itzehoer Störlaus das offizielle Störlauf-Shirt als Funktionsshirt.

Die ersten drei Frauen und Männer jeder Strecke erhalten einen Pokal.

Die persönlichen Urkunden stehen ab 12. Mai zum Herunterladen und Ausdrucken unter www.stoerlauf.de zur Verfügung.

Die 2 km-Läufe werden als ein Lauf gewertet. Es erfolgt eine Gesamtwertung der Jahrgänge 2010 bis 2013. Die ersten drei Mädchen und Jungen des 2 km-Laufs erhalten eine Wertkarte des Schwimmbads Itzehoe (gesponsert von den Stadtwerken Itzehoe). Siegerehrung ca. 15 Uhr.

Die 5 km-Läufe werden als ein Lauf gewertet. Die ersten drei – weiblich und männlich – erhalten Geschenkgutscheine (gesponsert von Intersport B & H). Siegerehrung ca. 18 Uhr. Die ersten drei des 10 km-Laufs – weiblich und männlich – erhalten Geschenkgutscheine (gesponsert von Intersport B & H). Siegerehrung ca. 19 Uhr.

Die/Der Sieger/-in des Halbmarathons* reisen zum Marathon nach München inkl. Bahnreise, Hotel für 2 Personen und Startnummer (gesponsert von Intersport B & H). Die Zweit- und Drittplatzierten erhalten Geschenkgutscheine (gesponsert von Intersport B & H).

Siegerehrung Halbmarathon ca. 18:15 Uhr
Siegerehrung Landesmeisterschaft ca. 19:15 Uhr.

*Die Gewinner müssen über 18 Jahre alt sein. Der Preis ist nicht übertragbar.

Sonderwertungen

Unter allen teilnehmenden Grundschulklassen des 2 km-Laufs wird ein freier Eintritt im IZ4kids Piratenland verlost. Unter allen teilnehmenden Schulklassen der 5 km-Läufe werden verlost:

- Preis: 250 € für die Klassenkasse (gesponsert von den Provinzial Versicherungen Itzehoe)
- 5. Preis: Je ein Klassensatz hochwertiger Funktionsshirts (gesponsert von Fielmann)

Die jeweils erfolgreichste Firmenmannschaft des 5 km- bzw. des 10 km-Laufs erhält je einen Pokal sowie einen Gutschein gestiftet vom Black Island Schwarzlicht-Minigolf Itzehoe.

Gewertet werden nur die nach der Zeitnahme ersten fünf Firmenangehörigen ab Jahrgang 2003.

Brems- und Zugläufer

Erfahrene Läufer des Störlauf-Lauftreffs stehen beim 20. Itzehoer Störlauf sowohl beim Halbmarathon als auch beim 10 km-Lauf als Brems- und Zugläufer zur Verfügung. Weitere Infos: Dirk Scheppmann 04826 3241

Störlauf-Lauftreff

Jeden Dienstag, 19:15 Uhr ab EMA-Schule, Pünstorfer Str.

Trainingsläufe des Lauffreffs auf der Wettkampfstrecke

5 km- und 10 km-Lauf
Dienstag, d. 16., 23. und 30. April, Start 19:15 Uhr
Treffpunkt Lehrerparkplatz der Auguste-Viktoria-Schule

Halbmarathon-Vorbereitungskurs Treffen bei Intersport B & H

Training mit Peter Poppe ab 9. Februar., 14:30 Uhr
Anmeldung ab Januar bei Intersport B & H 04821 678932
Ein Einstieg in das Training ist jederzeit möglich.

Nudelparty – Nicht nur für Läufer

Im Restaurant himmel+erde, Kirchenstr. 5, 25524 Itzehoe
Freitag, 10. Mai ab 18:00 Uhr
Vorverkauf ab Dienstag, 23. April
Vorverkauf pro Person 10,- Euro; Abendkasse 11,- Euro

Störlauf-Symposium bei den Itzehoer Versicherungen

Im Konferenzraum der Itzehoer Versicherungen, Itzehoer Platz, findet am 25. April 2019 um 19:30 Uhr ein Störlauf-Symposium statt.

Referent: Martin Grüning,
Läufer und Chefredakteur Runner's World.
Nähere Informationen folgen.