

4. Hörndlwaldlauf

„Laufen statt Burnout“

- Zeit:** Sonntag, 23. September 2018, 9.30 Uhr
- Ort:** Sportplatz im Hörndlwald,
A-1130 Wien, Joseph-Lister-Gasse (am Ende der Sackgasse beim Umkehrplatz)
- Zeitplan:** je nach Anzahl der Teilnehmer kann der Zeitplan noch angepasst werden

08.30 Uhr	Startnummernausgabe und Nachmeldung (bis 09.30 Uhr)
09.30 Uhr	Begrüßung, Eröffnung und gemeinsames Aufwärmen
10.00 Uhr	Kleiner Hörndlwaldlauf 2.890 m
10.45 Uhr	Minilauf 200 m
11.00 Uhr	Kinderlauf 400 m
11.15 Uhr	Jugendlauf 1.200 m
11.30 Uhr	Großer Hörndlwaldlauf 8.670 m
11.30 Uhr	Nordic Walking 2.890 m
12.45 Uhr	Siegerehrung

Altersklassen und Bewerbe:

Für die Einteilung der Bewerbe ist das Geburtsjahr ausschlaggebend.

Altersklasse	Jahrgänge		Wettbewerb	Länge
	von	bis		
AK 5	2013	und jünger	Minilauf	200 m
AK 6+7	2011	2012	Kinderlauf	400 m
AK 8+9	2009	2010	Kinderlauf	400 m
AK 10+11	2007	2008	Jugendlauf	1.200 m
AK 12+13	2005	2006	Jugendlauf	1.200 m
AK 14+15	2003	2004	Kleiner Hörndlwaldlauf	2.890 m
AK 16+17	2001	2002	Kleiner Hörndlwaldlauf	2.890 m
Allg. Klasse	1989	2000	Kleiner Hörndlwaldlauf	2.890 m
AK 30+	1979	1988	Kleiner Hörndlwaldlauf	2.890 m
AK 40+	1969	1978	Kleiner Hörndlwaldlauf	2.890 m
AK 50+	1959	1968	Kleiner Hörndlwaldlauf	2.890 m
AK 60+	1949	1958	Kleiner Hörndlwaldlauf	2.890 m
AK 70+	1948	und älter	Kleiner Hörndlwaldlauf	2.890 m
Offene Klasse	ohne Altersgrenze		Großer Hörndlwaldlauf	8.670 m
Offene Klasse	ohne Altersgrenze		Nordic Walking	2.890 m

Kinderbetreuung: Während die Eltern laufen, passen Turnerinnen und Turner des PHTV auf die Kinder auf.

Umwelt-Quiz: Der Hörndlwaldlauf soll auch daran erinnern, welches Naturparadies wir hier in der Stadt haben. Daher wird man zwischen den Läufen beim „Hietzinger Umweltquiz“ mitmachen können. Profis von der Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik in Ober St. Veit werden dafür sorgen, dass Du dabei einiges über Flora & Fauna des zum Biosphärenpark Wienerwald zählenden Hörndlwalds erfährst und dabei auch noch jede Menge Spaß hast.



Penzing-Hietzinger Turnverein

Mannschaftswertung: Von allen Teilnehmern, die einen Verein angeben, wird eine Mannschaftswertung berechnet. Das genaue Reglement wird noch bekannt gegeben.

Anmeldung: bis **Mittwoch, 19. September 2018, bis 22.00 Uhr** über

Internet: www.phtv.at/waldlauf

E-Mail: waldlauf@phtv.at

ÖTB-Wien: www.oetbwien.at (nur für ÖTB-Vereine)

Mit der Anmeldung bitte Vor- u. Nachname, Geburtsjahr, Bewerb, E-mail-Adresse, Tel.-Nr. und Verein (falls Mitgliedschaft besteht) bekannt geben.

Es kommen ausschließlich die Bewerbe in den jeweiligen Altersklassen zur Austragung, die oben angeführt sind. In den beiden Offenen Klassen gibt es eine gemeinsame Wertung aller Teilnehmer, ungeachtet der unterschiedlichen Altersklassen.

Die Teilnahme an mehreren Bewerben ist in Abhängigkeit des Zeitplans möglich.

Infos über Homepage, oder telefonisch bei Harald Reichel unter 0664 / 824 39 82.

Nachmeldung: Nachmeldungen sind **im Internet** unter www.phtv.at/waldlauf, **oder per E-Mail** auf waldlauf@phtv.at **bis Samstag 22.00 Uhr** möglich. **Danach** nur noch **direkt im Startbereich bis 09.30 Uhr**. Nachmeldegebühr: € 2,-. Wenn in einem Lauf bereits die Maximalzahl von Startern erreicht ist, ist keine Nachmeldung mehr möglich.

Nenngeld: Kinder, Jugendliche und Studenten € 5,00 / Bewerb (Nachmeldung € 7,00)
Erwachsene € 10,00 / Bewerb (Nachmeldung € 12,00)

Das Nenngeld ist ausschließlich bei der Übergabe der Startnummer zu bezahlen.

Alle Teilnehmer erhalten Urkunde (online zum Ausdrucken) und Siegeszeichen.

Laufstrecken: Alle Streckenpläne mit Höhenprofil sind auf www.phtv.at/waldlauf abrufbar.

Minilauf – 200 Meter:

Eine halbe Runde um den Sportplatz Hörndlwald. Fester Untergrund (ausgetretener Weg auf der Wiese), keine Höhenunterschiede.

Kinderlauf – 400 Meter:

Eine ganze Runde um den Sportplatz Hörndlwald. Fester Untergrund (ausgetretener Weg auf der Wiese), keine Höhenunterschiede.

Jugendlauf – 1.200 Meter:

Start und Ziel auf der Laufbahn des Sportplatzes am Hörndlwald. Die Laufstrecke im Wald ist fast nie eben, die Anstiege sind aber nicht steil und nicht sehr lang.

Kleiner Hörndlwaldlauf – 2.890 Meter:

Start auf der Laufbahn des Sportplatzes am Hörndlwald. Dann auf einem geschotterten Weg, danach Querung der Afritsch-Wiese, anschließend auf Waldwegen. Die erste Streckenhälfte führt überwiegend bergab, die zweite bergauf. Die letzten 200 m wieder auf der Laufbahn des Sportplatzes am Hörndlwald.

Großer Hörndlwaldlauf – 8.670 Meter:

Es wird dieselbe Strecke gelaufen wie beim Kl. Hörndlwaldlauf, jedoch 3 Runden.

Nordic Walking – 2.890 Meter:

Es wird dieselbe Strecke gegangen wie beim Kleinen Hörndlwaldlauf.

Haftung: Der Veranstalter übernimmt keine Haftung bei Unfall, Diebstahl und dergleichen. Die Teilnahme erfolgt ausschließlich auf eigene Gefahr.

Partnerschaft: Bürgerinitiative „Rettet den Hörndlwald“: www.hoerndlwald.at

Veranstalter: Penzing-Hietzinger Turnverein (1883)
(ZVR-Zahl: 304 890 229)

Wettkampfleitung: Harald Reichel

