



Darmstädter Lauf-Treff

Einladung zum 37. Hutzellauf

Der Darmstädter Lauf-Treff begrüßt Sie zum diesjährigen 37. Hutzellauf! Traditionell findet der Lauf auf der gewohnten Strecke von der Kuralpe bzw. von Frankenhäusen nach Darmstadt statt. Gelaufen wird in Gruppen, die von unseren ehrenamtlichen Gruppenbetreuern geleitet werden.

Dadurch können auch diesmal weniger geübte Läufer, d.h. auch Teilnehmer der Anfängergruppen, die Strecke problemlos in maximal 2 bis 2 ¼ Stunden bewältigen. Für unsere ambitionierten Läufer haben wir, wie jedes Jahr, die 18 km Distanz im Angebot.

Sie können zwischen zwei unterschiedlichen Distanzen wählen:

- ab der Kuralpe (**18 km**) für Läufer im Gruppentempo ca.:
8*, 9, 10, 11, 12 und 13 km/Std. (*mit Gehpausen)
- ab Frankenhäusen (**12 km**) für Läufer im Gruppentempo mit ca.:
6**, 7*, 8*, 9 und 10 km/Std. (**für Anfänger geeignet, *mit Gehpausen)
- ab Frankenhäusen (**12 km**) für Walker und Nordic-Walker im Gruppentempo mit ca.:
6, 6,5 und 7 km/Std.

Wann:	Samstag, den 24. September
Treffpunkt:	Parkplatz Stadion/Sporthalle Böllenfalltor
Abfahrt:	15:00 Uhr mit HEAG-Bussen (kostenlos)
Duschmöglichkeiten:	Sporthalle Böllenfalltor
Sicherheit:	Bitte befolgen Sie die Sicherheitsanweisungen der GruppenleiterInnen. Vorhandene Fußgängerampeln sind zu benutzen und zu beachten.
After-Run-Party:	Ab 17:30 Uhr in der Sporthalle mit Speisen und Getränken gegen einen geringen Kostenbeitrag.

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr, Haftungsansprüche können nicht geltend gemacht werden.

Vorbereitungsläufe über 1,5 Stunden werden an den Samstagen ab Ende August angeboten. Die jeweiligen Startzeiten finden Sie auf unserer Internetseite www.darmstaedter-lauftreff.de und werden beim Lauftreff bekanntgegeben.

Mit freundlichen Grüßen

Michael Spankus
Darmstädter Lauf-Treff

Die Veranstaltung wird unterstützt durch: