



# VfL-Tremsbüttel

...mehr als nur ein Sportverein

Der VfL-Tremsbüttel lädt ein zum:

## 1. Tremsbüttel walk and run für jedermann

Die Veranstaltung für junge und jung gebliebene aktive Läufer/-innen und Nordic Walker/-innen, die neben der sportlichen Herausforderung auch das gemeinschaftliche Miteinander schätzen.

Wann: Samstag, 11.05.2019

Start: Sporthalle am Gemeindezentrum, Hauptstraße 66, 22967 Tremsbüttel

Strecken: ab 10:00 Uhr – 10 km

ab 10:15 Uhr – 5 km

ab 10:25 Uhr – 2 km

ab 10:40 Uhr – 1,3 km Einrad

Disziplinen: Laufen, Nordic-Walking, Einradfahren

Startgeld: incl. Salatbuffet nach dem Lauf in der Sporthalle:

8 € für Teilnehmer/-innen über 12 Jahren

5 € für Kinder bis 12 Jahren

Meldeschluss: Freitag, 03.05.2019 (Nachmeldung gegen Aufpreis möglich)

Siegerehrung: nach Startgruppen mit Urkundenverleihung für jeden Teilnehmer

Mittagsbuffet: nach der Siegerehrung „get together“ mit Salatbuffet für alle Teilnehmer in der Sporthalle

Anmeldung

und Infos: [www.vfltremsbuettel.de](http://www.vfltremsbuettel.de)

[walkandrun@vfltremsbuettel.de](mailto:walkandrun@vfltremsbuettel.de)

Viel Spaß und Erfolg wünscht schon jetzt

das Organisationsteam

