

# 5 TALSPERREN-LAUF

**Freitag, 3. Oktober 2014  
(Tag der Deutschen Einheit)**

**Gesamtlänge ca. 36 km**

Bei **Kilometer 22** besteht die Möglichkeit, auszustiegen und per Bus-Transfer die Rückreise zum Ziel anzutreten.

Wir laufen in Gruppen durch das Bergische Land entlang von fünf Talsperren nach dem Motto „miteinander“ statt „gegeneinander“. Es werden diverse Getränke-Verpflegungspunkte an der Strecke geboten. Da es sich bei dem Lauf um keinen Wettkampf handelt, bitten wir die Teilnehmer, sich zwingend dem Lauftempo der Laufbetreuer anzupassen. Da die Veranstaltung wieder als offizielle Vorbereitung zum Röntgenlauf gedacht ist, benötigen wir unbedingt eine Voranmeldung.

**Achtung: Das Teilnehmerlimit beträgt 80 Personen!**

**DELPHI**

Driving Tomorrow's Technology



Eine Haftung für Unfälle, Diebstähle usw. ist ausgeschlossen.

## Start / Ziel

Bäckerei Beckmann, Dreherstraße 34, Remscheid-Lüttringhausen

## Startzeiten

ca. 7:00 Min/Km	8:45 Uhr
ca. 6:30 min/km	9:00 Uhr
ca. 6:00 Min/Km	9:15 Uhr
Treffpunkt für alle	8:30 Uhr

Die Betreuung der Gruppen erfolgt durch erfahrene Läufer der Veranstalter BSG Delphi Draka und LCK-Ronsdorf.

## Startgeld

Das Startgeld beträgt 6,- €. Nach dem Lauf bekommt jeder Teilnehmer Kaffee und Gebäck.

## Anmeldung / Rückfragen

Jörg Friedrich Tel.: 0202/4297704  
Mail: fri333@web.de



**Ronsdorfer-, Remscheider-, Panzer-, Wupper- und Herbringhauser Talsperre**

Dank an die Sponsoren:



**DELPHI**

Driving Tomorrow's Technology



**Dachdeckerei**

**Martin Czornycki**

**Metzgerei Nolzen**

**Inh. Marcus Weber**



**LAUF-TRAINING BEI DER  
BSG DELPHI DRAKA**

**Laufen für Fortgeschrittene und Wettkampfläufer**

jeden Dienstag um 17:30 Uhr, Am Blaffertsberg / Wendehammer

jeden Donnerstag um 17:30 Uhr, Sporthalle Klausen, Klausener Straße

**Laufen für Senioren**

jeden Dienstag und Donnerstag um 15:15 Uhr, Pfortner Firma Draka, Tor 1,  
Dickestraße 23

**Nordic Walking**

jeden Montag und Freitag um 17:30 Uhr,  
jeden Mittwoch für Fortgeschrittene um 18:30 Uhr,  
Am Blaffertsberg, / Wendehammer

**22 km oder 36 km**



**BSV DELPHI**

**5-TALSPERREN-LAUF**

**3. Oktober 2014**