

# ANMELDUNG

Hinweis gemäß Datenschutzgesetz: Ihre Daten werden maschinell gespeichert und verarbeitet. Weitere Informationen entnehmen Sie bitte unserer Homepage bzw. der unseres Dienstleisters. Mit der Anmeldung willige ich der Abbuchung des Meldegeldes von dem o.a. Konto per SEPA-Lastschrift ein. Anfallende Gebühren für evtl. Rücklastschriften werden in Rechnung gestellt.

E-Mail-Adresse \*

Tel.-Nr./Handy \*

Postleitzahl \* Ort

Strabe / Hausnummer \*

Verein/Team/BSG \*

Teilnehmer: NAME/VORNAME \*

IBAN - 22-stellig angeben! \*

**\* Bitte die Anmeldung vollständig ausfüllen!!!**

Jahrgang \* M \* W \* Nationalität\*

<input type="checkbox"/> Familienwertung	5 km
<input type="checkbox"/> Nordi-c-Walking	5 km
<input type="checkbox"/> Walking	5 km
<input type="checkbox"/> Laufen	5 km
<input type="checkbox"/> Laufen	10 km
<input type="checkbox"/> Kinderlauf Jg. 2009-2017	1,5 km
<input type="checkbox"/> Kinderlauf Jg. 2016-2019	600 m

**Strecker:**

Eine Zetrnahme mit Chip ist obligatorisch (nicht 600m). Der Chip ist ein kostenloser Leihchip. Wird der Chip nicht zurückgegeben, so erfolgt eine Nachbelastung des angegebenen Kontos mit 6,00 € je Chip.

**Meldeschluss**  
**14. September 2024**  
 online bis 22. September 2024

# VORANKÜNDIGUNG



**27. Elmshorner Cross**  
**Sonntag, 17. November 2024, 10.30 - 13.00 Uhr im Liether Wald**

Die Ausschreibung ist auf der Homepage der LG Elmshorn unter [www.lg-elmshorn.de](http://www.lg-elmshorn.de) abrufbar. Anmeldungen werden bereits am Stadtlaufwochenende entgegen genommen.



**Dabei sein ist einfach!**

Um alles andere kümmern wir uns. Vereinbaren Sie gerne einen Termin mit uns.

sparkasse-elmshorn.de



**DENTAL LABOR BOCK**

CAD-gefräbtes Zirkon, zahnfarben, biokompatibel, bezahlbar, Zahnersatz auf Implantaten

Wedenkamp 20  
 D-25335 Elmshorn  
 Tel. 04121 - 1500  
 kontakt@dental-labor-bock.de  
 www.dental-labor-bock.de

Schöne Zähne - schönes Lächeln

# WICHTIGE HINWEISE

**Wettkampfbestimmungen**

Der Elmshorner Stadtlauf wird nach den Bestimmungen des DLV durchgeführt. Die Strecke ist ein amtlich vermessener Rundkurs über 5 Kilometer durch Elmshorns Innenstadt. Sie ist überwiegend asphaltiert, Babyjogger und Hunde sind aus Sicherheitsgründen nicht zugelassen.

**Ergebnisse und Urkundenausdruck**

Download unter:  
[www.elmshorner-stadtlauf.de](http://www.elmshorner-stadtlauf.de)  
[www.sportservicehamburg.de](http://www.sportservicehamburg.de)

Einspruchsfrist 1 Woche!

**Umkleide-/Duschmöglichkeit**

in der Nähe von Start / Ziel

Frauen: Sporthalle Propstenfeld  
 Männer: Sporthalle Bismarckschule

Toiletten zusätzlich nach Ausschilderung

**Parken**

Buttermarkt und Hafengelände sind ausgeschildert.

- Wir danken den Sponsoren**
- |                              |                                  |
|------------------------------|----------------------------------|
| Stadwerke Elmshorn           | Intersport Ramelow               |
| Sparkasse Elmshorn           | Semmelhaack                      |
| Autohaus Elmshorn            | Wohnungsunternehmen              |
| AOK Nordwest                 | ORLEN                            |
| Dental Labor Bock            | Deutschland GmbH                 |
| Flora                        | Peter Kölln                      |
| Gesundheits-Zentrum          | GmbH & Co. KGaA                  |
| Stadtmarketing Elmshorn e.V. | Elmshorner Nachrichten           |
| REWE                         | Sottmann                         |
| Bäckerei Millahn             | Spezialgerüstbau GmbH            |
| Der Brillenmacher            | Jan Heitmann,<br>Containerdienst |



**JETZT NEU MIT LAUFANALYSE:**

Mittels unserer Laufanalyse finden wir für Dich den richtigen Laufschuh, damit Deinen sportlichen Zielen für den Elmshorner Stadtlauf nichts mehr im Wege steht.

**INTERSPORT RAMELOW**

Gustav Ramelow KG  
 Königstraße 39-41 · 25335 Elmshorn · Tel.: 04121/23 93 0

# 29. September 2024 ELM SHORNER STADTLAUF



[www.elmshorner-stadtlauf.de](http://www.elmshorner-stadtlauf.de)

Laufen 5 km 10 km	Walking Nordic-Walking 5 km	Kinderläufe 1,5 km 600 m
-------------------------	-----------------------------------	--------------------------------

# AUSSCHREIBUNG

## Teilnahmebedingungen

Läufer/innen aller Jahrgänge ab 2019, die trainiert sind und sich gesund fühlen. Doppelstart ist im Nachwuchsbereich (bis Jahrgang 2006) nicht möglich. Der Veranstalter übernimmt keine Haftung.

## Startberechtigung und Startgeld

Strecke	Jahrgang	Startgeld
5 km Nordic-/Walking	2016 und älter	13,- €
5 km	2016 und älter	13,- €
10 km	2010 und älter	15,- €
1,5 km	2009 bis 2017	7,- €
ca. 600 m	2016 bis 2019	6,- €

## Anmeldung

**ONLINE-ANMELDUNG**  
[www.elmshorner-stadtlauf.de](http://www.elmshorner-stadtlauf.de)

**PERSÖNLICHE ANMELDUNG**



Gustav Ramelow KG  
Königstraße 33-35 · 25335 Elmshorn  
Tel.: +49 4121 23 93 0 · www.ramelow.com

# MELDESCHLUSS

## 22. September 2024 (Online)

Persönliche Anmeldung bei Intersport Ramelow bis **14.09.2024** möglich.

## Nachmeldung

Am Veranstaltungswochenende gegen einen Aufschlag von 5,- € möglich.

## Startfolge

10 km Laufen	9.30 Uhr
Zielschluss & Siegerehrung	10.45 Uhr
5 km Laufen	11.15 Uhr
5 km Walking	11.18 Uhr
5 km Nordic-Walking	11.20 Uhr
Siegerehrungen	12.00 Uhr
1,5 km Kinderlauf weiblich & männlich	12.45 Uhr
600 m Kinderlauf weiblich	13.10 Uhr
600 m Kinderlauf männlich	13.20 Uhr
Siegerehrungen	13.30 Uhr

Die Teilnehmer an den Kinderläufen über 600 Meter treffen sich 20 Minuten vor dem Start auf dem Schulhof vor der Mensa der Bismarckschule und werden gesammelt an den Start geführt. Bitte auf Lautsprecherdurchsagen achten.

## Start / Ziel

Schulstraße

## Startnummernausgabe

Rathaus, Eingang Schulstraße  
Samstag, 28.09.2024, 10.00 - 13.00 Uhr  
Sonntag, 29.09.2024, ab 8.00 Uhr

## Zeitmessung

Die Zeitmessung erfolgt ausschließlich mit deinem in der Startnummer integrierten Chip, mit Ausnahme der Kinderläufe über 600 Meter.

# AUSZEICHNUNGEN

Alle Teilnehmer erhalten eine Medaille. Jeder Teilnehmer an den Kinderläufen erhält eine Urkunde. Die ersten 2.000 Teilnehmer erhalten ein T-Shirt, ohne Anspruch auf die passende Größe.

## Siegerehrungen

Gemäß Zeitplan im Propstenfeld-Park  
Nordic-Walking und Walking  
Urkunden für die ersten sechs Frauen und Männer  
Laufen  
Pokale und Siegprämie für die weiblichen und männlichen Gesamtsieger über 5 und 10 km.  
Urkunden für die Ersten der Haupt- und Altersklassen.  
Pokale für die Ersten der Schüler- und Jugendklassen bei 1,5 / 5 / 10 km.



## Stadtwerke Familienwertung

**Teilnahmebedingungen:** Start über 5 Kilometer. Es können drei Familienmitglieder teilnehmen, Kinder bis Jahrgang 2009.  
**Beispiele:** Vater/Mutter/Kind - Mutter/2 Kinder - Vater/2 Kinder - oder 3 Kinder als Familienteam  
**Wertung:** Zeitaddition aller drei Teilnehmer

Die Preise für die Plätze 1 bis 3 werden während der Siegerehrungen ab 12.00 Uhr überreicht.



# FIT FÜR DEN STADTLAUF

Unser Trainerteam Martina Tschirch und Uwe Lüders-Bahlmann bietet wieder zwei Laufkurse für Anfänger oder Freizeitläufer an, die schneller werden wollen.  
**Kurs 1** findet vom 16. Mai bis 04. Juli 2024 und **Kurs 2** vom 08. August bis 26. September 2024 statt. Beide Kurse umfassen je acht Termine, Treffpunkt ist jeweils donnerstags um 19.00 Uhr auf dem EMTV-Platz am Koppeldamm. Die Kosten pro Kurs belaufen sich auf 80 €. Darin ist das Startgeld für den Elmshorner Stadtlauf enthalten.  
###Die Stadt Elmshorn ruft im Juli zu einem Aktionsmonat „Bewegung im Park“ auf. Unser Trainerteam bietet daher jeweils dienstags um 19:00 Uhr eine Stunde Laufen im Liether Wald an. Die Teilnahme als Training für den Stadtlauf ist hier kostenfrei, allerdings ist eine gesonderte Anmeldung für den Stadtlauf erforderlich.###  
Weitere Infos: [uweluedersbahlmann@web.de](mailto:uweluedersbahlmann@web.de)

## Schirmherrschaft

Oberbürgermeister Volker Hatje



## Veranstalter

Leichtathletik Gemeinschaft Elmshorn (EMTV/FTSV Fortuna)  
Cheforganisator: Olaf Seiler

## Organisationsteam

Kerstin Bieler, Wolfgang Büttner, Thomas Drews, Siegfried Konjack, Uwe Lüders-Bahlmann, Bärbel Müller, Ralph Schrammeck, Kerstin Seiler, Volker Wulf.



## Titelfoto

Johannes Großkopf  
Fotograf: Marco Grundt



Die zuverlässige Versorgung mit Strom, Gas und Wasser in Elmshorn und Umland ist nur mit kompetenten Mitarbeitern möglich. Egal, ob im technischen Netzbetrieb, Vertrieb und Kundenberatung oder im Controlling – bei uns gibt es eine Reihe spannender Aufgaben.

Jetzt bewerben und Teammitglied werden.  
[stadtwerke-elmshorn.de/karriere](http://stadtwerke-elmshorn.de/karriere)

