



50 Jahre FC Kirnbach

JUBILÄUMSLAUF

Rund um Wolfach
50 km–1800 Hm

Samstag, 22.07.2005 - 9:00 Uhr



Streckenbeschreibung: Wir laufen auf dem Wolfacher Rundwanderweg der mit der Wolfsangel - dem Wappen von Wolfach – gekennzeichnet ist. An den einzelnen Etappenzielen steht das Gepäck- und Verpflegungsfahrzeug. Für Läufer welche nicht die ganze Strecke laufen möchten besteht hier die Einstiegsmöglichkeit

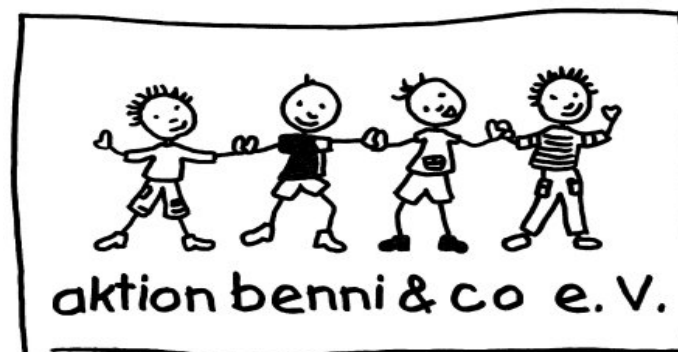
1. Etappe	Sportplatz Kirnbach ⇒ Glashütte ⇒ Spitzfelsen ⇒ Hofberg ⇒ Wolfsberg ⇒ Wolftalbrücke (Bächle)	10 km	40 km
2. Etappe	⇒ Schlössle ⇒ Panoramaweg ⇒ Langenbach ⇒ Schirrlbergweg ⇒ Ippichen (Abrahamshof)	20 km	30 km
3. Etappe	⇒ Erzwäschestr. ⇒ Hohberg ⇒ Eselsweg ⇒ Biesle ⇒ Kinzigtalbrücke (Löwen)	26 km	24 km
4. Etappe	⇒ Haldenweg ⇒ Schmelzebergweg ⇒ Vogtsbach ⇒ St. Jakobskapelle	32 km	18 km
5. Etappe	⇒ Pavillon ⇒ Berghexenlandeplatz ⇒ Riegelsberg ⇒ Horbenhof	40 km	10 km
6. Etappe	⇒ Oberer Kostbachweg ⇒ Morget ⇒ Teufelsküche ⇒ Kirche-Kirnbach	45 km	05 km
7. Etappe	⇒ Weissbrunnenweg ⇒ Obere Ecke ⇒ Untere Ecke ⇒ Baumensteinweg ⇒ Sportplatz Kirnbach	50 km	

Es handelt es sich um einen Lauf der Kategorie „Genusslauf“. Wir werden das Tempo durch regelmäßige kurze Gehpausen so anpassen, dass auch Einsteiger in die Ultraszene eine Chance haben das Abenteuer Ultra mit lachender Miene zu erleben. Bei alledem wird dabei eine Geschwindigkeit von durchschnittlich ca. 7-8 km/h angestrebt und es darf bei Bedarf auch eine gemeinsame Dehnpause ihren Platz finden. Mein Dank gilt schon jetzt den „schnellen Hirschen“ für ihr Verständnis.

Jeder Teilnehmer nimmt auf eigene Verantwortung an der Veranstaltung teil und versichert gut trainiert und bei voller Gesundheit zu sein. Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Unfälle, Diebstähle und sonstige Schäden. Es wird darauf hingewiesen, dass die Straßenverkehrsordnung gilt. Bei Gefahr für Gesundheit oder bei Überforderung behält sich die Laufleitung vor, betroffene Teilnehmer aus dem Lauf zu nehmen. Mit seiner Unterschrift bei der Anmeldung erkennt jeder Teilnehmer den Haftungsausschluss des Veranstalters an.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt auf 50
Startgeld: 50 mal 50 Cent = 25 €
Laufendhelfen T-Shirt: 20 € (Bei Bestellung unbedingt Größe angeben)
Anmeldung und Fragen an: schmitt.kirnbach@gmx.de

Der Reinerlös der Veranstaltung und der angebotenen T-Shirts, sowie sämtliche Spenden kommen der Organisation „aktion benni & co“ zu Gute.



Was ist Duchenne Muskeldystrophie

Die Diagnose "Duchenne Muskeldystrophie" (= Muskelschwund) bedeutet für die betroffenen Kinder und deren Familien immer noch eine unheilbare, tödlich endende Krankheit. DMD ist nach der Mukoviszidose die zweithäufigste Erbkrankheit bei Jungen. Etwa jeder 3500. neugeborene Junge ist betroffen, da er auf seinem X-Chromosom ein geschädigtes Dystrophin - Gen hat, das die Krankheit auslöst. In Deutschland gibt es etwa 2500 betroffene Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene (<http://abc-online.org>).