

1. Ultramarathon – Spendenlauf

53 km – 21 Gemeinden – 1 Ziel

am Backesdörferfest

Das erwartet Dich:

Lauf Eine abwechslungsreiche Strecke auf befestigten Wegen durch alle Ortsgemeinden und Ortsteile der Verbandsgemeinde Wallmerod.

Wer kann mitmachen:

Einzelläufer (moderates Tempo), Gruppen, Staffeln, Radfahrer. Es kann jederzeit auf der gesamten Strecke ein- oder ausgestiegen werden (auch mehrmals).

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Organisation und weitere Fragen:

Jürgen Fries (www.juergen-fries.de) mit Helferteam unter 0171/4684705 oder jmfriesb@rz-online.de

Es werden keine Startgebühren erhoben.

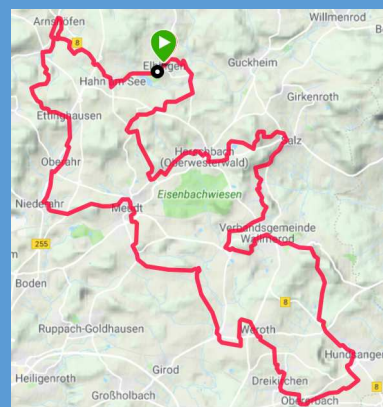
Wir bitten um Spenden (vor Ort) oder

auf das Spendenkonto:

Backesdörfer-Spendenlauf, **Sparkasse Westerwald-Sieg**
IBAN DE11 5735 1030 0155 2508 06; BIC: MALADE51AKI

Startzeit 08:00 Uhr	Start	Ziel	Entfernung (km)	Gesamt (km)	geplante Laufzeit (Min)	Spendenübergabe/ Startpunkt am Ziel
08:00	Elbingen/Backes	Hahn am See	2	2	12	Rohrbrunnen
08:20	Hahn am See	Arnshöfen	3	5	20	Dorfgemeinschaftshaus
08:45	Arnshöfen	Kunhshöfen	1,5	6,5	9	Dorfgemeinschaftshaus
9:05	Ettinghausen	Ettinghausen	3	9,5	20	Dorfgemeinschaftshaus
09:35	Ettinghausen	Oberahr	1,5	11	8	Dorfgemeinschaftshaus
09:50	Oberahr	Niederahr	1,5	12,5	9	Sportlerheim
10:05	Niederahr	Meudt	2,5	15	17	Gangolfushalle
10:30	Meudt	Zehnhausen	4	19	26	Lindenplatz
11:05	Zehnhausen	Steinefrenz	2	21	13	Dorfgemeinschaftshaus
11:25	Steinefrenz	Weroth	2,5	23,5	17	Bürgerhaus
11:50	Weroth	Dreikirchen	2	25,5	12	Mehrzweckhalle
12:10	Dreikirchen	Obererbach	1	26,5	7	Erbachhalle
12:25	Obererbach	Hundsangen	2,5	29	17	Bärenbrunnen
12:50	Hundsangen	Molsberg	4	33	28	Alte Schule
13:30	Molsberg	Wallmerod	1,0	34,0	8	Scholz-Haus
13:45	Wallmerod	Berod	1,5	35,5	10	Dorfgemeinschaftshaus
14:00	Berod	Bilkheim	3,0	38,5	16	Brunnen/Bürgerhaus
14:25	Bilkheim	Salz	2	40,5	14	Sportplatz
14:45	Salz	Herschbach	4	44,5	26	Feuerwehrgerätehaus
15:20	Herschbach	Mähren	7	51,5	44	Backes
16:10	Mähren	Elbingen	1,5	53,0	10	Backes
Gesamt				53,0	344	Zielzeit: ca. 16.20 Uhr

29. Sept. 2019



Der Erlös geht an:



VdK Ortsverbände
Wallmerod, Meudt,
Hundsangen, Salz



Westerwälder
Clowndoktoren

