



Der Forstenrieder Sport Club lädt ein, zum  
**24. FORSTENRIEDER VOLKSLAUF**  
**Sonntag, 21. März 2010**

[www.forstenrieder-volkslauf.de](http://www.forstenrieder-volkslauf.de)

**Halbmarathon      10 km      3.800 m      1.700 m      1.100 m      600 m**

Wir sind die Bank von morgen.



[www.geldganzeinfach.de](http://www.geldganzeinfach.de)



[www.sport-mayer-muenchen.de](http://www.sport-mayer-muenchen.de)



[www.brillen-winkler.de](http://www.brillen-winkler.de)



[www.weingartner-reisen.de](http://www.weingartner-reisen.de)



[www.rabekopf-skilifte.de](http://www.rabekopf-skilifte.de)



[www.hacker-pschorr.de](http://www.hacker-pschorr.de)



[www.xenofit.de](http://www.xenofit.de)



[www.vollcorner.de](http://www.vollcorner.de)



[www.christl-schwalter.de](http://www.christl-schwalter.de)



[www.sendlingeranzeiger.de](http://www.sendlingeranzeiger.de)



[www.reifenzentrale-forstenried.de](http://www.reifenzentrale-forstenried.de)



[www.reis-solln.de](http://www.reis-solln.de)

### Anmeldung

Die Anmeldung kann wie folgt geschehen:

- Bevorzugt online unter: [www.forstenrieder-volkslauf.de](http://www.forstenrieder-volkslauf.de)
- oder per Post mit dem anhängenden, vollständig ausgefüllten und eigenhändig unterschriebenen Formular (siehe Rückseite). Bitte auf Lesbarkeit achten!
- oder per Bareinzahlung bei Sport Mayer, Winterthurer Str. 5, 81476 München, U3 Forstenrieder Allee bis Samstag, den 20.03.2010, 12.00 Uhr

Anmeldungen per Telefon oder Telefax werden nicht bearbeitet! Zahlungen nur per Überweisung. Berücksichtigung der Anmeldungen erfolgt nach Eingang des Startgelds. Bei Minderjährigen ist die Anmeldung zusätzlich von den gesetzlichen Vertretern zu unterschreiben. DLV-Meldefomulare können nicht angenommen werden. Sammelmeldungen bitte per Email an [volkslauf2010@forstenriedersc.de](mailto:volkslauf2010@forstenriedersc.de).

Tritt ein(e) gemeldete(r) Teilnehmer(in) nicht an, entfällt der Anspruch auf Rückzahlung des Teilnehmerbeitrages. Die Weitergabe von Startnummern ist nicht erlaubt. Umschreibung ist möglich bis 14.03.2010.

Es erfolgt keine schriftliche Bestätigung der Anmeldung. Aktuelle Starterlisten erscheinen online unter [www.forstenrieder-volkslauf.de](http://www.forstenrieder-volkslauf.de).

### Teilnahmebedingungen

Jeder mit gutem Gesundheits- und ausreichendem Trainingszustand ist teilnahmeberechtigt. Die Mitgliedschaft in einem Verein ist nicht erforderlich.

### Distanzen, Altersklassen, Startzeiten und Startgelder

Strecke	Start	Zeitnahme	Altersklassen w/m	Siegerehrung	Startgelder in Euro, Zahlung spätestens bis			
					30.01.2010	28.02.2010	20.03.2010	Nachmeldung
600 m	9:30 Uhr	ohne	Zwergerl Jahrgang 2003 und jünger		3,00 €	3,00 €	3,00 €	+ 2,00 €
1.100 m	9:45 Uhr	schwarzer Chip	Schüler C 1999-2000 / D 2001 und jünger	ab 11:00 Uhr	3,00 €	3,00 €	3,00 €	+ 2,00 €
1.700 m	10:00 Uhr	schwarzer Chip	Schüler A 1995-96 / B 1997-98 / C 1999-2000		3,00 €	3,00 €	3,00 €	+ 2,00 €
HM	10:30 Uhr	Champion Chip	Hauptklassen 20 - 30 - 35 ... 65 und älter Jugend A 1991-92		18,00 €	20,00 €	22,00 €	+ 5,00 €
10 km	10:45 Uhr	Champion Chip	Hauptklassen 20 - 30 - 35 ... 65 und älter Jugend A 1991-92	ab 13:30 Uhr	10,00 €	12,00 €	14,00 €	+ 5,00 €
3.800 m	11:00 Uhr	schwarzer Chip	Frauen und Männer ohne AK-Wertung, ohne Preise und Urkunden, aber mit Zeitnahme Jugend A 1991-92/ B 1993-94/ Schüler A 1995-96		8,00 €	8,00 €	8,00 €	+ 2,00 €
13:30 Uhr Zielschluss für alle Läufe					FSC-Jugend und -Schüler frei			

### Strecken:

Halbmarathon- und 10 km-Strecke sind offiziell vermessen. Gelaufen wird in Rundkursen durch den Forstenrieder Park, Höhendifferenz ca. 35 m auf der großen Runde.

3.800 m: ca. 82% Asphalt, 10 km: ca. 72% Asphalt, HM: ca. 97% Asphalt.

### Anmeldeschluß und Bankverbindung

Online und per Post bis Sonntag, den 14.03.2010. Die Voranmeldung per Post oder Internet ist nur gültig bei Zahlungseingang der Startgebühr bis zum Mittwoch, den 17.03.2010 auf unser Konto:

Kontoinhaber: Forstenrieder Sportclub e.V.

Raiffeisenbank München-Süd eG

BLZ: 701 694 66

Konto-Nummer: 25232

Betreff: FSC Volkslauf 2009

Für EU-Überweisungen:

IBAN: DE 50 7016 9466 0000 0252 32

BIC: GENODEF1M03

Nachmeldungen sind am Veranstaltungstag, dem 21.03.2010 ab 8:00 Uhr bis jeweils eine Stunde vor Start möglich.

### Ergebnisliste

Die Ergebnislisten werden im Internet unter [www.forstenrieder-volkslauf.de](http://www.forstenrieder-volkslauf.de) veröffentlicht und bei Sport Mayer ausgelegt.

### Altersklassen:

Bei weniger als 5 Teilnehmern in einer Klasse werden diese in der nächst jüngeren bzw. nächst älteren Klasse bei Schülern und Jugend gewertet.

Bei Abweichung von der gemeldeten Strecke erfolgt keine Wertung !

### Start und Ziel

Bezirkssportanlage, Herterichstraße 141, 81476 München (Bitte der Beschilderung folgen)

Technische und logistische Unterstützung durch:

KBS Service GmbH [www.kbs-baustrom.de](http://www.kbs-baustrom.de), Nibler GmbH [www.nibler.de](http://www.nibler.de)



## Anmeldeformular

Vorname

Nachname

Name des Vereins (optional)

Straße und Hausnummer

PLZ  Ort

Email

Geburtsjahr     Geschlecht  m  w

600 m  1.100 m  1.700 m  3.800 m  10 km  Halbmarathon

Datum  Unterschrift

Wie haben Sie von dem Lauf erfahren?

- Internet/Email
- Ausschreibung
- Laufpresse

Bitte mit 45 Cent freimachen.

Aufkleber oder 7-stellige Chipnummer



Jürgen Schoch  
Filchnerstraße 50  
81476 München

Hiermit erkenne ich den unten beschriebenen Haftungsausschluß an.



### Zeitmessung

Die Zeitmessung erfolgt ausschließlich mit dem ChampionChip.

Der Chip kann am Veranstaltungstag gegen Hinterlegen eines Pfandes ausgeliehen werden.

#### Halbmarathon und 10 km: Gelber ChampionChip

5 Euro Leihgebühr + 25 Euro Pfand

#### 1.100 m, 1.700 m und 3.800 m: Schwarzer ChampionChip

0 Euro Leihgebühr + 10 Euro Pfand

Unbeschädigte Chips können bis spätestens 14 Uhr zurückgegeben werden.

Chips, die bis dahin nicht abgegeben worden sind, gelten als gekauft.

Der Chip ist sicher in der Schnürung des Schuhs zu befestigen, sonst erfolgt keine Zeiterfassung. Der Chip ist nicht übertragbar. Teilnehmer/innen, die ohne Chip laufen, erhalten keine Zeitmessung und Urkunde.

Zeitmessung und Datenverarbeitung durch die Mika Timing GmbH:  
[www.mikatiming.de](http://www.mikatiming.de)

Beim Zwergerlauf über 600 m erfolgt keine Zeitmessung.

### Startnummern- und Chipausgabe

Die Startnummern- und Chipausgabe ist am Samstag, den 20.03.2010 von 14:00 – 17:00 Uhr geöffnet und befindet sich in der Bezirkssportanlage Hert-erichstraße 141. Bitte der Ausschilderung folgen.

Am Veranstaltungstag, Sonntag, den 21.03.2010, erfolgt die Startnummernausgabe ab 8:00 Uhr bis 15 Minuten vor der jeweiligen Startzeit.

Bitte beachten: Sportlich, faires Verhalten der Teilnehmer(innen) wird vorausgesetzt. Nur die gekennzeichnete Strecke ist zu benutzen. Bei Verlassen der Strecke erfolgt sofortige Disqualifikation. Die Startnummer ist auf der Brust zu befestigen. Sicherheitsnadeln sind mitzubringen!

### Umkleiden und Duschen

Bezirkssportanlage an der Herterichstraße 141, bei Start/Ziel. Toiletten: An den Umkleideräumen und bei Start/Ziel.

### Service

Kostenloser Ausschank von Tee und Mineralgetränken durch Verpflegungsstellen bei Kilometer 5+8 (10 km Lauf), sowie Kilometer 5,11,14,16 (Halbmarathon) und im Ziel.

### Anreise

PKW: A95 München-Garmisch, Ausfahrt München-Fürstenried, Liesl-Karlstadt-Straße zu den Parkmöglichkeiten sowie zu Start / Ziel.

Vom Mittleren Ring, Drygalski Allee, Herterichstraße, (Ausschilderung folgen)

MW: U3 bis Forstenrieder Allee, dann Bus 132 bis Forstenried.

Oder zu Fuß ca 1.2 km von der U-Bahnstation die Forstenrieder Allee nach Süden gehen.

Parkplätze: Folgende Parkmöglichkeiten werden empfohlen:

- Bezirkssportanlage an der Herterichstraße
- Forstenrieder Hallenbad an der Stäblistrasse

### Auszeichnung

Alle Alterklassen w/m (Halbmarathon und 10 km) :

1. Platz Ehrenpreis, 1.- 3. Platz Urkunde am Ort, ab 4. Platz Urkunde als Download

Alle Jugend- und Schülerklassen w/m (3.800 m / 1.700 m / 1.100 m) :

1.-3. Platz Medaille, alle Plätze Urkunde am Ort

3.800 m Frauen/Männer Urkunde nur als Download.

Zwergerl (600 m) : alle Plätze Urkunde am Ort

Mannschaften:

Pokale über 10 km und Halbmarathon Frauen und Männer (ohne AK-Wertung) nur für Vereine und Lauftreffs, durch Addition der Zeiten von jeweils 3 Teilnehmern in der Reihenfolge des Einlaufs. Ohne Vereins- und Gruppenzugehörigkeit keine Mannschaftswertung! Die zahlenmäßig stärkste, vorangemeldete Vereinsgruppe erhält eine Magnumflasche Sekt.

Strecken-Zeitschnellsten:

Die zeitschnellsten Teilnehmer w/m über Halbmarathon und 10 km erhalten einen Ehrenpreis. Pokale sowie Ehrenpreise werden nicht nachgesandt.

### Läufergeschenk

Alle Läufer/innen über die Strecken Halbmarathon, 10 km und 3.800 m, die sich bis spätestens zum Samstag, den 20.03.2010, anmelden, erhalten bei der Startnummer-Ausgabe ein attraktives Läufergeschenk. Für Nachmelder nur solange der Vorrat reicht.

### Wertgegenstände

Die Umkleidenräume werden am Tag des Volkslaufs nicht überwacht oder während der Läufe abgesperrt. Insoweit wird auch keine Haftung für eingebrachte Wertsachen und sonstige Gegenstände übernommen. Abschließbare Fächer u.ä. sind nicht vorhanden.

### Haftung

Für Schäden wir nur dann haftet, wenn dem Veranstalter Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit nachgewiesen werden kann. Das gilt nicht hinsichtlich Körperverletzung und Tod. Die Teilnehmer werden ausdrücklich darauf hingewiesen, dass sie nur in ausreichend gutem Trainings- und Gesundheitszustand teilnehmen dürfen und auf Kleidung und Schuhwerk zu achten haben, die der Witterung und Laufstrecke angepasst sind.

### Information

Forstenrieder Sport Club e.V.

Kaltschmiedstraße 9,  
81476 München

[www.forstenrieder-volkslauf.de](http://www.forstenrieder-volkslauf.de)

Email: [volkslauf2010@forstenriedersc.de](mailto:volkslauf2010@forstenriedersc.de)

Organisation

Christian Hauck Tel. (089) 52 31 50 44 (Mo-Fr. 15-17 Uhr)

Teilnehmerregistrierung

Jürgen Schoch Tel. (089) 75 50 96 61 (Mi-So. 20-22 Uhr)

