

# LV Westfalen - läuft und walkt

## Winterlaufserie 2022/2023



Im kommenden Winter wird es wieder eine Winterlaufserie geben. Ausrichter sind, wie in den vergangenen Jahren, die Vereine HSV Dortmund-Wickede-Asseln, HSV Marl-Frentrop und MV Recklinghausen. Hierfür sind die folgenden Termine vorgesehen:

### **Nikolauslauf beim HSV Dortmund-Wickede-Asseln**

Sonntag, 27. November 2022 (Meldeschluss: 14. November)

### **Neujahrslauf beim HSV Marl-Frentrop**

Sonntag, 8. Januar 2023 (Meldeschluss: 26. Dezember)

### **Finale beim MV Recklinghausen**

Sonntag, 12. Februar 2023 (Meldeschluss: 29. Januar)

Bei der Winterlaufserie geht es nicht um sportliche Höchstleistungen, sondern darum, dass man sich trifft und gemeinsam etwas unternimmt. Und was bietet sich besser an, als gemeinsam zu laufen oder zu walken. Um das gemeinsame Erlebnis noch zu stärken, dürfen Gruppen von zwei oder mehr Teams auch zusammen loslaufen oder walken.

Gestartet werden kann sowohl im Geländelauf/Canicross 2000m und 5000m, als auch im Freestyle Walking. Beim Freestyle Walking erfolgt kein Eintrag in die Leistungsurkunde. Nur beim dritten Lauf in Recklinghausen ist auch ein Start mit dem Dogscooter möglich.

Zusätzlich zu den Einzelwertungen an jedem Wettkampftag, gibt es eine Gesamtwertung (Summe der Laufzeiten) nach dem dritten Lauf. Für jeden Verein, der in Summe mind. 100 km zusammen bekommt, gibt es eine Überraschung und der Verein mit den meisten Kilometern, erhält den Wanderpokal, der LV Westfalen Winterlaufserie.

Die Startgebühr beträgt je Team je Veranstaltung 10,- Euro für den ersten Start und 5,- Euro für einen weiteren Start des selben Teams. Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre zahlen nur die Hälfte.

Die Anmeldung erfolgt mit dem VDH-Meldeschein. Meldungen per E-Mail an [Martin.Schlockermann@gmx.de](mailto:Martin.Schlockermann@gmx.de)

Die Wettkämpfe beginnen jeweils um 10:00 Uhr.

Wir freuen uns darauf, zusammen mit Euch zu laufen und zu walken.

Monika Steier, Monika Drescher & Martin Schlockermann

