



KRAMPRUN



Kramp Run 10 km Hauptlauf

Veranstalter	DJK Teutonia Gaustadt e.V.
Schirmherr	Zweiter Bürgermeister Dr. Christian Lange
Veranstaltungsort	Gaustadter Hauptstraße/Heinrich-Semlinger-Straße Bamberg
Anmeldung	https://kramprun.de
Anmeldeschluss	04.03.2020
Teilnehmerlimit	800 Läuferinnen und Läufer
Nachmeldungen	Begrenzt am Veranstaltungstag bis 1 Stunde vor Start möglich
Startgebühren	14 Euro
Startunterlagen	Ausgabe am Samstag von 10:00 bis 13:00 Uhr und Sonntag ab 10:00 Uhr im Sängenheim (Aufbaustraße 16; 96049 Bamberg)
Wertungen	Oberfränkische Meisterschaften 10 km Lauf
Strecke	10 Kilometer (4 Runden auf vom DLV amtlich vermessener Strecke)
Startzeit	14:15 Uhr
Altersklassen	Jugend ab U14, Männer, Frauen M/W 20 bis M/W 75 und älter
Mannschaftswertung	Jeweils drei Läuferinnen und drei Läufer eines Vereins bilden eine Mannschaft
Siegerehrung	Im Anschluss Sängenheim (voraussichtlich gegen 16:00 Uhr)
Leistungen	Brutto-Zeitmessung inkl. Rundenzeiten mit Einmal-Chip (SAS Zeitmesssysteme) Hochwertiges Funktionsshirt für die ersten 600 Anmeldungen garantiert, danach solange der Vorrat reicht. Massage nach dem Lauf durch Physiotherapie Eva-Maria-Bauer (Gaustadter Hauptstraße 109)
Preise	Der erste Mann/die erste Frau in der Gesamtwertung erhalten einen Pokal Platz 1 – 3 der Altersklassen erhalten wertvolle Sachpreise Platz 1 – 3 in der Mannschaftswertung erhalten einen Pokal
Versorgung	Im Ziel kostenlos alkoholfreies Bier der Brauerei Göller, Obst, Wasser, Iso Getränke von Neprosport, Gebäck; Wasserstelle auf der Strecke; im Sängenheim gastronomisches Angebot.
Fairness	Jeder Teilnehmer achtet darauf, andere nicht zu gefährden oder zu behindern. Den Anweisungen der Streckenposten ist Folge zu leisten. Im Zielkanal darf nicht überholt werden.