

Stadtwerke Ratingen
Echt. Gut. Leben.

**Ganz
einfach
heizen**

**Neue Heizung
ohne Investition**

**– mit unseren
Contracting-Modellen**

Angebot unter:
stadtwerke-ratingen.de/contracting

17. CITYLAUF LINTORF

14. Ratinger Sparkassen Lauf-Cup 2026

10km ab U16; 5km ab U12 & Junior-Cup 2km für U12, U14, U16

SONNTAG 19. APRIL 2026

Start und Ziel: Speestr. in Lintorf

Anmeldung und Infos unter www.tus08lintorf.de/citylauf
In Zusammenarbeit mit dem Angerland Lauftreff Lintorf

Lintorf läuft!

TUS

Turn- und Sportverein 08 Lintorf e.V.
Brandsheide 30 • 40885 Ratingen
Tel.: 02102 / 74005-0 • www.tus08lintorf.de/citylauf

Wir bewegen Lintorf!

FORD AUTOMAUS KNEIFEL
Ingenieurbüro 202 • 42855 Erkelenz-Hürtgen
Tel. 02054 16970-0 • Fax 02054 16970-20
www.ford-kneifel.de

Sparkasse Hilden • Ratingen • Velbert
Weiß' um mehr als Geld geht

Angerland Lauftreff Lintorf
Laufen Walken Nordic-Walken

Ablauf und Organisatorisches

Zeitplan

10:15	ca. 500 m	Bambini	ohne Zeitmessung
10:30	ca. 800 m	Kinder U8	ohne Zeitmessung
11:00	1.000 m	Kinder M/W 8-11	mit Zeitmessung und Altersklassenwertung
11:30	2.000 m	Kinder / Jugend M/W 10-15	mit Zeitmessung und Altersklassenwertung
12:15	5km	ab Jugend 10 bis Senioren	mit Zeitmessung und Altersklassenwertung
13:30	10km	ab Jugend 14 bis Senioren	mit Zeitmessung und Altersklassenwertung

Zeitnahme: Bruttozeitmessung durch Teamsoft (integrierter Chip in der Startnummer)
5 km, 10 km auch Netto-Zeit.

Urkunden/Medaillen: Personalisierte Urkunden können im Internet ab dem folgenden Tag ausgedruckt werden, Gesamtsieger und Platz 1-3 je Altersklasse für 1 km, 2 km, 5 km und 10 km erhalten während der Veranstaltung ihre Urkunden und Medaillen.

Startgebühren: Erwachsene 14,- € bis zum 15. März, danach 16,- €, Jugendliche 10,- € bis zum 15. März, danach 12,- €, Kinder 7,- €, Kinder U8 und Bambinis 5,- €.

Onlineanmeldung: Nur über: <https://www.tus08lintorf.de/de/citylauf-lintorf/>
> Nachmeldungen sind im Wettkampfbüro möglich!

Meldeschluss: Frühbucher Rabatt für Erwachsene und Jugendliche bis 15. März 2026 22:00 Uhr.
Meldeschluss Donnerstag, 16. April 2026 22:00 Uhr Startnummer mit Vornamen bis 12. April 2026 22:00 Uhr

Wettkampfbüro Abholung der Startunterlagen im Wettkampfbüro; Samstag 18. April 2026 von 10:00 - 13:00 Uhr im TuSFit, Brandsheide 30, 40885 Ratingen; Sonntag 19. April 2026 ab 8:30 Uhr am Start- Ziel Bereich; Abholung von Sammelanmeldungen am Samstag empfohlen und erwünscht.

Nachmeldegebühr: 5,- € im Wettkampfbüro bis spätestens 1,5 Stunden vor dem jeweiligen Start

Infos: Anfahrtskizze und Parkmöglichkeiten unter www.tus08lintorf.de/citylauf
Es stehen keine Umkleiden und Duschen zur Verfügung

Sicherheitshinweise: **Wettkampfregeln:** Es gelten die jeweils gültigen Wettkampfregeln der Deutschen Leichtathletikordnung (DLO), siehe <https://www.leichtathletik.de/wettkaempfe/service/regeln-bestimmungen>

Das Tragen von Kopf- und Ohrhörern ist während der Veranstaltung aus Sicherheitsgründen untersagt. Babyjogger sind nicht zugelassen.

Alle Vereinsmitglieder und Nichtmitglieder sind bei dieser Veranstaltung zusätzlich über die Sporthilfe versichert. Änderungen im Ablauf der Veranstaltung - insbesondere organisatorischer oder wetterbedingter Art - behält sich der Veranstalter vor. Ergebnisse und Bilder werden im Internet und in der Presse veröffentlicht.

Teilnehmer/innen des 5km Laufes ab U12 und des 10km Laufes werden für den 14. Sparkassen Lauf-Cup gewertet. Teilnehmer/innen des 2km Laufes für U12, U14, U16 werden für den Junior-Cup gewertet.

Streckenverlauf

Strecke 5 km & 10 km = weiße Pfeile auf blauem Grund

1. Start / Ziel
3. WC-Wagen
Speestraße
4. Parkplatz Kirmesplatz (Anreise mit Pkw)
6. Wasserstand Speestr.
7. VRR Haltestelle „Rathaus“
751 / 752 / SB55 / 016 / 754



Altersklassen im Jahr 2026

Altersklasse	Jahrgänge	Alter	Distanz		
Bambini	bis 2021	bis 5 Jahre	ca. 500 m		
Kinder U8	2019 - 2020	6 - 7 Jahre	ca. 800 m		
Kinder M/W 8	2018	8 Jahre	1.000 m		
Kinder M/W 9	2017	9 Jahre	1.000 m		
Kinder M/W 10	2016	10 Jahre	1.000 m	2.000 m	5km
Kinder M/W 11	2015	11 Jahre	1.000 m	2.000 m	5km
Jugend M/W 12	2014	12 Jahre		2.000 m	5km
Jugend M/W 13	2013	13 Jahre		2.000 m	5km
Jugend M/W U 16	2012 - 2011	14 - 15 Jahre	10km	2.000 m	5km
Jugend M/W U 18	2010 - 2009	16 - 17 Jahre	10km		5km
Jugend M/W U 20	2008 - 2007	18 - 19 Jahre	10km		5km
HK	2006 - 1997	20 - 29 Jahre	10km		5km
Senioren 30	1996 - 1992	30 - 34 Jahre	10km		5km
Senioren 35	1991 - 1987	35 - 39 Jahre	10km		5km
Senioren 40	1986 - 1982	40 - 44 Jahre	10km		5km
Senioren 45	1981 - 1977	45 - 49 Jahre	10km		5km
Senioren 50	1976 - 1972	50 - 54 Jahre	10km		5km
Senioren 55	1971 - 1967	55 - 59 Jahre	10km		5km
Senioren 60	1966 - 1962	60 - 64 Jahre	10km		5km
Senioren 65	1961 - 1957	65 - 69 Jahre	10km		5km
Senioren 70	1956 - 1955	70 - 74 Jahre	10km		5km
Senioren 75	1951 - 1947	75 - 79 Jahre	10km		5km
Senioren 80	1946 - 1942	80 - 84 Jahre	10km		5km
Senioren 85	1941 - 1937	85 - 89 Jahre	10km		5km