

# Unsere bisherigen Sieger/innen

## 10 km Citylauf

### Frauen:

- 2008 1. Tanja Ortega Sawal, MTG Horst in 39:46
- 2009 1. Katharina Gall, Angerland LT Lintorf in 45:26
- 2010 1. Sabrina Krämer, LC Duisburg in 38:38
- 2011 1. Jana Allgeier, Kieser Training Ratingen in 40:42
- 2012 1. Gladys Just, Ratingen in 40:32
- 2013 1. Melanie Klein-Arndt, SFD 75 Düsseldorf in 35:59
- 2014 1. Gladys Just, Angerland LT Lintorf in 40:43
- 2015 1. Gladys Just, TuS 08 Lintorf in 40:41:8
- 2016 1. Gladys Just, TuS 08 Lintorf in 40:08
- 2017 1. Melanie Linder, ART Düsseldorf in 37:44
- 2018 1. Dioni Gorla, ART Düsseldorf in 38:24, 2. Sanja Vernikov, 3. Claudia Jäkel

### Herren:

- 2008 1. Sascha Dee, SFD 75 Düsseldorf in 33:28
- 2009 1. Sascha Dee, SFD 75 Düsseldorf in 32:34
- 2010 1. Sascha Dee, SFD 75 Düsseldorf in 32:37
- 2011 1. Torsten Graw, TV Wattenscheid 01 in 31:43
- 2012 1. Sebastian Hadamus, ART Düsseldorf in 32:19
- 2013 1. Manuel Ruhland, LG Eintracht Frankfurt in 31:30
- 2014 1. Sebastian Hadamus, ART Düsseldorf in 32:28
- 2015 1. Nikki Johnstone, ART Düsseldorf/ASICS Fronrunner in 32:36
- 2016 1. Enrico Dietrich, TuS 08 Lintorf in 33:08
- 2017 1. Enrico Dietrich, TuS 08 Lintorf in 31:46
- 2018 1. Nikki Johnstone, ART Düsseldorf in 31:20, 2. Sebastian Hadamus, 3. Daniel Eichhorn

## Ratinger Sparkassen Lauf-Cup

### Frauen:

- 2010 Melanie Leib
- 2011 Jana Allgeier
- 2012 Katharina Gall
- 2013 Annemieke Kiesel
- 2014 Gladys Just
- 2015 Gladys Just
- 2016 Gladys Just
- 2017 Melanie Linder
- 2018 Claudia Jäkel

### Männer:

- 2010 Wolfgang Lenz
- 2011 Niclas Bock
- 2012 Sebastian Hadamus
- 2013 Nikki Johnstone
- 2014 Enrico Dietrich
- 2015 Alexander Gossman
- 2016 Enrico Dietrich
- 2017 Enrico Dietrich
- 2018 Alexander Gossman

# 12. CITYLAUF LINTORF

## 10. Ratinger Sparkassen Lauf-Cup 2019

# SONNTAG 7. APRIL 2019

## Start und Ziel: Speestr. in Lintorf

Anmeldung und Infos unter [www.tus08lintorf.de](http://www.tus08lintorf.de)  
In Zusammenarbeit mit dem Angerland Lauftreff Lintorf



# Läuft in Lintorf!



**Turn- und Sportverein 08 Lintorf e.V.**  
Brandsheide 30 • 40885 Ratingen  
Tel.: 02102 / 74005-0 • [www.tus08lintorf.de](http://www.tus08lintorf.de)

**Wir bewegen Lintorf!**

# Ablauf und Organisatorisches

## Zeitplan

10:30	ca. 500 m	Bambini	ohne Zeitmessung
10:45	ca. 800 m	Kinder U8	ohne Zeitmessung
11:15	1.000 m	Kinder M/W 8-11	mit Zeitmessung und Altersklassenwertung
11:45	2.000 m	Kinder / Jugend M/W 10-13	mit Zeitmessung und Altersklassenwertung
12:15	5.000 m	ab Jugend 12 bis Senioren	mit Zeitmessung, Altersklassenwertung bis U 20 danach in 10er Schritten 20-29 / 30-39 usw.
13:00	10.000 m	Hauptlauf	mit Zeitmessung und Altersklassenwertung

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

**Urkunden/Medaillen:** Bambinis und Kinder U8 über ca. 500 m, ca. 800 m sofort nach Zieleinlauf. Personalisierte Urkunden können im Internet ab dem folgenden Tag ausgedruckt werden (Online-Anmeldung Voraussetzung), 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, weitere Urkunden können ab dem folgenden Tag über das Internet ausgedruckt werden.

**Startgebühren:** Erwachsene 11,- €, bis zum 3. März danach 13,- €, Jugend 7,- €, Kinder 5,- €, Kinder U8 und Bambinis 3,- €.

**Onlineanmeldung:** über Teamsoft: [www.teamsoft-sportzeit.de](http://www.teamsoft-sportzeit.de), [www.tus08lintorf.de](http://www.tus08lintorf.de). Die Startgebühr (3 €) für den Bambini-Lauf ca. 500 m / ca. 800 m (ohne Zeitmessung) kann dieses Jahr auch per SEPA-Lastschrift eingezogen werden!

**Meldeschluss:** Freitag 5. April 22:00 Uhr, Startnummern mit Vornamen bis 31. März 22:00 Uhr.

**Infos:** über WK Büro, Umkleidemöglichkeiten, Anfahrtsskizze und Parkmöglichkeiten unter [www.tus08lintorf.de](http://www.tus08lintorf.de).

**Nachmeldegebühr:** 3,- € im Wettkampfbüro bis spätestens 1,5 Stunden vor dem jeweiligen Start.

**Wettkampfbüro:** Samstag 6. April 2019 von 10:00 bis 13:00 Uhr, Sonntag 7. April 2019 ab 8:30 Uhr Abholung von Sammelanmeldungen am Samstag empfohlen und erwünscht.

**Sicherheitshinweise:** **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.

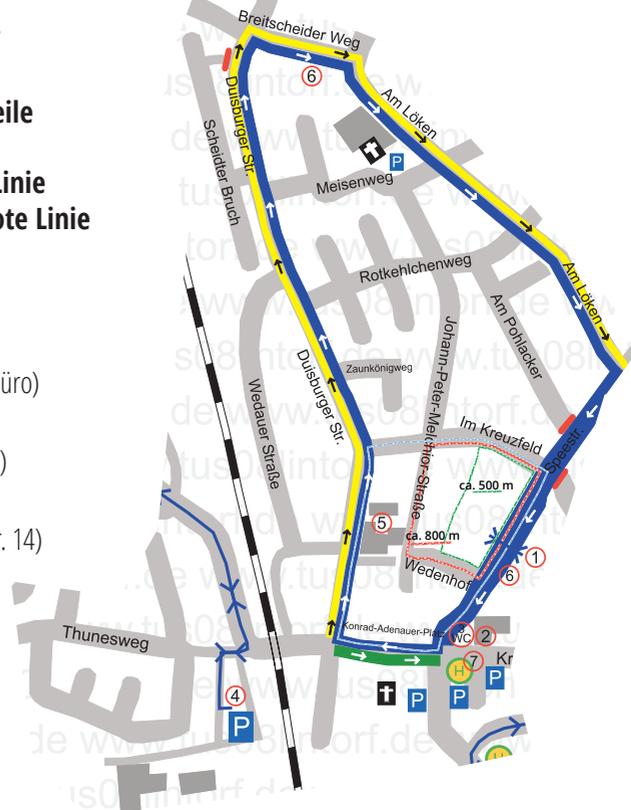
## Streckenverlauf

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

Strecke 1 km & 2 km = hellblaue Linie

Strecke Bambini & U8 = grüne / rote Linie

1. Start / Ziel
2. Wettkampfbüro (Rathaus)
3. WC-Wagen Altes Rathaus (Wettkampfbüro) Speestr. / Krummenweiger Str.
4. Parkplatz Kirmesplatz (Anreise mit Pkw)
5. Umkleide/Duschen Damen/Herren (Eduard-Dietrich-Schule Duisburger Str. 14)
6. Getränkeausgabe
7. VRR Haltestelle „Rathaus“  
751 / 752 / SB55 / O16 / 754



## Altersklassen im Jahr 2019

Altersklasse	Jahrgänge	Alter	Distanz		
Bambini	bis 2014	bis 5 Jahre	ca. 500 m		
Kinder U8	2013 - 2012	6 - 7 Jahre	ca. 800 m		
Kinder M/W 8	2011	8 Jahre	1.000 m		
Kinder M/W 9	2010	9 Jahre	1.000 m		
Kinder M/W 10	2009	10 Jahre	1.000 m	2.000 m	
Kinder M/W 11	2008	11 Jahre	1.000 m	2.000 m	
Jugend M/W 12	2007	12 Jahre		2.000 m	5.000 m
Jugend M/W 13	2006	13 Jahre		2.000 m	5.000 m
Jugend M/W U 16	2005 - 2004	14 - 15 Jahre	10.000 m		5.000 m
Jugend M/W U 18	2003 - 2002	16 - 17 Jahre	10.000 m		5.000 m
Jugend M/W U 20	2001 - 2000	18 - 19 Jahre	10.000 m		5.000 m
HK	1999 - 1990	20 - 29 Jahre	10.000 m		5.000 m
Senioren 30	1989 - 1985	30 - 34 Jahre	10.000 m		5.000 m
Senioren 35	1984 - 1980	35 - 39 Jahre	10.000 m		5.000 m
Senioren 40	1979 - 1975	40 - 44 Jahre	10.000 m		5.000 m
Senioren 45	1974 - 1970	45 - 49 Jahre	10.000 m		5.000 m
Senioren 50	1969 - 1965	50 - 54 Jahre	10.000 m		5.000 m
Senioren 55	1964 - 1960	55 - 59 Jahre	10.000 m		5.000 m
Senioren 60	1959 - 1955	60 - 64 Jahre	10.000 m		5.000 m
Senioren 65	1954 - 1950	65 - 69 Jahre	10.000 m		5.000 m
Senioren 70	1949 - 1945	70 - 74 Jahre	10.000 m		5.000 m
Senioren 75	1944 - 1940	75 - 79 Jahre	10.000 m		5.000 m