

03. Oktober 2023

Lauf 5 | 10 km
Nordic Walking 5 | 10 km
Mountainbike 10 | 20 km

Benefizlauf Schüler & Bambinis

Strecken im Gelände | Start & Ziel beim
HSM Sportzentrum a. Aubach, Frickingen



© Garmin | Garmin connect

Mountainbike - Strecke 10 | 20 km

Profil: abwechslungsreiche
Strecke in der Au
und auf den Höhen
rund um Frickingen

Rundkurs: 10 km

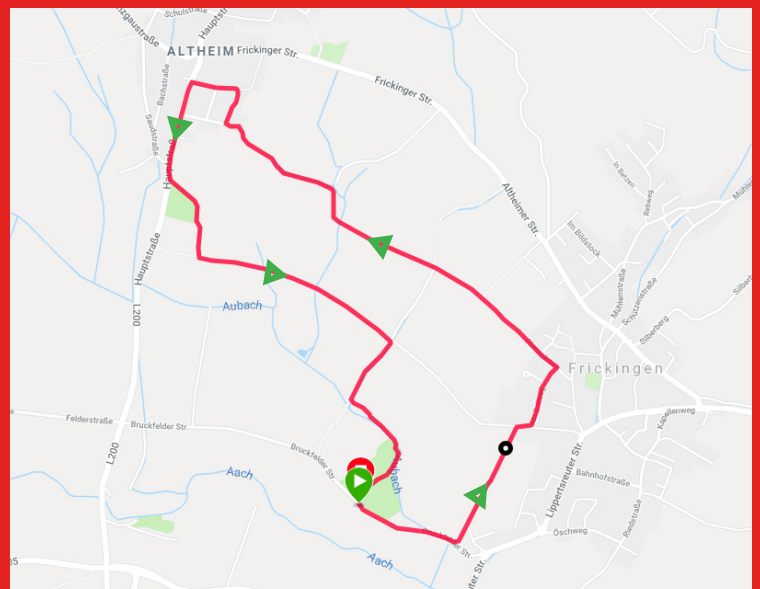
Höhendiff.: 180 HM / Runde

Lauf- & Nordic Walking - Strecke 5 | 10 km

Profil: schöne, familienge-
rechte Strecke in
der Au

Rundkurs: 5 km

Höhendiff.: 41 HM / Runde



© Garmin | Garmin connect

Timeline:

ab 8:30 Uhr	Startnummernausgabe, Wettkampfbüro im Sportzentrum am Aubach
9:00 Uhr	Start Benefizlauf Schüler & Bambinis
10:00 Uhr	Start Mountainbiker
11:30 Uhr	Start Läufer
11:40 Uhr	Start Nordic Walker
13:30 Uhr	Siegerehrungen

Die jeweils Erstplatzierten erhalten ein Geschenk

Wertungen und Startgebühren:

Läufe 5/10 km	10,- EUR	
Nordic Walking 5/10 km	10,- EUR	
Mountainbike 10/20 km	10,- EUR	E-Bikes werden nicht gewertet!



Informationen:

Meldungen:

nur online:

bis **01.10.2023, 23.00 Uhr** unter www.frickingen.de/Apfellauf bei Anmeldung bis 24.09.2023 mit personalisierten Startnummern

Benefizlauf:

Anmeldung in den Schulen und Kindergärten

Nachmeldung:

am 03.10.2023 bis 30 min. vor jeweiligem Start. Gebühr: 3,- EUR.

Zeitnahme:

über RFID-Transponder in der Startnummer

Anreise & Parken:

Das HSM Sportzentrum am Aubach liegt im Süden Frickingsens, Bruckfelder Str. 1. Parkplätze am Sportzentrum und im Industriegebiet Böttlin.

Duschen & Umkleiden: Im HSM Sportzentrum am Aubach.

Verpflegung:

Für alle Teilnehmer werden während der Wettbewerbe kostenfrei Getränke gereicht. Bäckersnacks und Apfelsaft sowie kalte und warme Speisen auf dem Sportgelände und im Aubach-Restaurant.



Eine Veranstaltung der Gemeinde Frickingen.

Als Hauptsponsor unterstützt durch die Landbäckerei Baader.



Von jeder Startgebühr gehen in diesem Jahr Spenden an das Projekt „Brotlauf“ von „Brot für die Welt“ .

Die Veranstaltung wird zudem unterstützt durch:

