

Anmeldung zum Lauftraining

Jugendwohnen läuft!

Wir machen mit beim Stadionlauf "Kirche läuft".

Am **Sonntag, dem 10.06.2012** findet **rund um das Rhein-Energie-Stadion der Stadionlauf „Kirche läuft“** statt. Dort gibt es nachmittags einen 5km-Lauf, den Family & Friends-Lauf. Dabei treten Laufteams an - ein Team sollte aus mindestens vier und darf aus maximal sechs Läufern bestehen. Von allen Teammitgliedern sollten - wenn möglich - mindestens zwei Läufer unter 18 Jahre alt sein. Alle Teammitglieder müssen gleichzeitig ins Ziel kommen. In den Jugendwohnheimen aus Köln und Leverkusen formieren sich die ersten Laufteams und dabei möchten wir Euch unterstützen!

Wir bieten Euch ein **Lauftraining zur Vorbereitung** an, so dass auch Anfänger die 5 km schaffen können! Das Lauftraining wird wöchentlich stattfinden und an einem zentralen Treffpunkt in Köln sein. Es findet insgesamt 8x statt. Das erste Treffen ist am Dom geplant, Dauer: ca. 60 Minuten. Die Treffpunkte danach können sich auch noch verändern, wir versuchen es aber, so praktisch wie möglich zu gestalten. Laufteams können sich auch noch im Laufe des Trainings formieren, wenn Ihr also noch kein Team habt – kein Problem.

Für Eure Planung hier die Termine für das Lauftraining:

Mittwochs: 18.04.2012, 25.04.2012, 02.05.2012, 09.05.2012, 16.05.2012, 16.05.2012, 23.05.2012, 30.05.2012, 06.05.2012

Beginn: **18.00 Uhr mit ca. 15 Personen**. Der Trainer wird Euch auch während des Laufs am Rhein-Energie-Stadion begleiten.

Wer noch Fragen zum Lauftraining hat, kann sich gerne an die Organisatorin wenden: Elisabeth Wessel, Kath. Jugendfachstelle Köln, 0221 / 921335 – 28, elisabeth.wessel@kja.de

Infos zum Wettkampf am 10.06.2012:

- Start und Ziel sind die Stadionvorwiesen am RheinEnergieStadion in Köln
- Die Startzeit für den 5 km Family & Friends-Lauf ist um 17.00 Uhr
- Ausrichtender Verein: DJK Sportverband Diözesanverband Köln
- Der Mannschaftsführer erhält den Real-Time-ChampionChip und löst die Zeitmessung aus.
- Startgebühren: bis 03.06.2012 20,00€ pro Team
- Ergebnislisten/Urkunden: Jeder Teilnehmer erhält eine Urkunde zum Ausdrucken. Die Ergebnisse werden im Internet veröffentlicht.

Infos: www.kirche-laeuft.de

Anmeldung:

Meine Daten:

Vorname:

Nachname:

Strasse und Hausnummer:

PLZ und Ort:

Nationalität:

Telefonnummer:

Handynummer:

Email-Adresse:

Geburtsdatum:



Teilnahmebedingungen:

Mit der Teilnahme am Lauftraining, organisiert durch die Katholische Jugendfachstelle Köln erkennt der Teilnehmer den Haftungsausschluss für Personen- oder Sachschäden jeder Art an. Der Teilnehmer wird weder gegen die Katholische Jugendfachstelle noch gegen Sponsoren des Projektes Ansprüche erheben, sollten durch seine Teilnahme am Lauf Schäden oder Verletzungen entstehen. Der Haftungsausschluss gilt auch für Begleitpersonen und zugehörige Rahmenveranstaltungen. Der Teilnehmer erklärt gesund und in einem ausreichenden Trainingszustand zu sein. Der Teilnehmer ist damit einverstanden, dass seine in der Anmeldung gemachten Angaben, sowie Fotos und Tonaufnahmen ohne Vergütungsanspruch genutzt und veröffentlicht werden dürfen.

Erklärung:

Ich habe die Teilnahmebedingungen verstanden und akzeptiert und möchte mich zum Lauftraining anmelden:

Unterschrift mit vollständigem Namen, Ort und Datum

Bitte gib die Anmeldung im Jugendwohnheim ab.