

Anmeldung ab sofort

Am 17. Juni findet der sechste Sommernachtslauf Limburg statt

Am Samstag, 17. Juni, steht Limburg wieder ganz im Zeichen des Laufsports und der Gesundheit: Dann findet die sechste Auflage des Sommernachtslaufs Limburg statt. Weil die Startplätze begrenzt sind, sollten sich Läufer möglichst schnell anmelden.



Auch beim diesjährigen Sommernachtslauf wird die Zahl der Teilnehmer begrenzt werden. Wer am 17. Juni mitlaufen möchte, sollte sich schnell anmelden. Archivfotos: Braun

Limburg. „Klein aber fein“ lautet das Motto des Limburger Sommernachtslaufs. Denn im Gegensatz zu anderen Stadtläufen, die mit immer höheren Teilnehmerzahlen werben, soll der hiesige Lauf durch die marlerischen Gassen ein stimmungsvolles Ereignis bleiben. Dazu trägt auch bei, dass die Teilnehmer in den Abend- und Nachtstunden durch die Stadt laufen, die mit Strahlern farbig illuminiert wird. Da die Teilnehmerzahl pro Lauf begrenzt ist, sollten sich interessierte Sportler schnell anmelden.

Der 2,5 Kilometer lange Rundkurs mit Start und Ziel in der Hospitalstraße führt über den Neumarkt, durch die Altstadt, hinauf zum Limburger Dom, über die Lahnbrücken und entlang des Lahnufers wieder zurück in die Stadt.



Breitensport

Diese 10 Volksläufe sollten Sie 2017 nicht verpassen

Es ist Mitte Februar: Zeit, sich daran zu erinnern, wie es um die guten Vorsätze zum neuen Jahr steht. Mehr Sport treiben zum Beispiel. Wir haben da einige Vorschläge.

Die Organisatoren haben sich bei den Läufen auf mittlere Distanzen festgelegt: Es gibt einen Lauf über 5 000 Meter, einen Lauf über 10 000 Meter sowie den zum dritten Mal angebotenen Halbmarathon. Die Strecke des Halbmarathons entspricht im Wesentlichen der des Rundkurses mit Erweiterung entlang des Lahnufers.

Die Disziplinen

Ein besonderes Erlebnis wird der Team-/Firmenlauf werden, bei dem dieses Mal je Mannschaft vier Läufer antreten. Teamgeist und das gemeinsame Erlebnis stehen hier im Vordergrund. Alle Firmen, Vereine und Institutionen sind aufgerufen, sich zu beteiligen.

Folgende Läufe werden 2017 angeboten:

18 Uhr: 5000 Meter für Hobby-Läufer

19 Uhr: Halbmarathon

21.15 Uhr: Teamlauf für Unternehmen, Institutionen oder Vereine

22.15 Uhr 10 000 m für ambitionierte Läufer

Alle Läufer, die es ins Ziel schaffen, bekommen ein Teilnehmer-Shirt sowie eine Urkunde. An der Strecke gibt es kostenlos Wasser sowie kostenlosen Eintritt auf das Veranstaltungsgelände. Für die Sieger gibt es neben den Pokalen auch Sachpreise. Darüber hinaus werden verschiedene Sonderwertungen durchgeführt und Sonderpreise vergeben.

Laufen für guten Zweck



Foto: Sascha Braun

Beim Sommernachtslauf kann jeder mitmachen.

Die Organisatoren, darunter das Stadtmarketing, freuen sich über die erneute Partnerschaft mit der Lebenshilfe Limburg/Diez, deren Betreute und Betreuer auch aktiv als Teilnehmer dabei sein werden. Zehn Prozent der Netto-Startgelder spenden die Veranstalter an die Lebenshilfe.

Neben den reinen Lauf-Wettbewerben wird es am Veranstaltungstag bereits ab 10 Uhr ein Rahmenprogramm geben. In diesem Jahr stehen die Themen Gesundheit, Wellness, Ernährung und Fitness im Vordergrund.

Für gute Stimmung an der Strecke sorgen mehrere Musik- und Rhythmus-Bands. Wer Interesse hat, an der Strecke mit Aktionen für Stimmung zu sorgen, kann sich an den Veranstalter wenden. Weitere Informationen und die Möglichkeit zur Anmeldung gibt es unter

www.sommernachtslauf-limburg.de. nnp