



14. Auetal-Oktoberlauf

rund um den Hamberg in Garstedt

Sonntag, 04.10.2020

ab 09:30 Uhr

Strecken:

- 800m Schülerlauf (Jahrgänge 2007 bis 2014)
- 5,5 km Volkslauf (Jahrgänge 2008 und älter)
- 7,5 km Nordic-Walking (Jahrgänge 2008 und älter)
- 10,5 km Heidjer-Cup (Jahrgänge 2008 und älter)
- 21,0 km Halbmarathon (Jahrgänge 2004 und älter)

Wertungslauf

Sparkassen

Heidjer-Cup

2020!



Aus Nähe wächst Vertrauen

Sparkasse
Harburg-Buxtehude

KREISZEITUNG
Wochenblatt

Steinofenbäckerei

GRAUE



Volker Meyer

EWE

Informationen und Anmeldung unter www.auetal-events.de

04.10.2020
ab 09:30 Uhr



Ausschreibung

Veranstalter: TSV Auetal e.V.

Start und Ziel: Sportplatz Auetalhalle, Bahnhofstr. 81a, 21441 Garstedt

Startzeiten:

09:30 Uhr 21,0 km Halbmarathon (Jahrgänge 2003 und älter)

09:45 Uhr 10,5 km Heidjer-Cup (Jahrgänge 2007 und älter)

10:00 Uhr 7,5 km Nordic-Walking (Jahrgänge 2009 und älter)

10:15 Uhr 5,5 km Volkslauf (Jahrgänge 2009 und älter)

12:00 Uhr 800m Schülerlauf (Jahrgänge 2007 bis 2014)

Abholung der Startnummer und Nachmeldungen:

bis 30 Minuten vor dem jeweiligen Lauf

Anmeldung: bis zum 30.09.2020 unter www.auetal-events.de

Startgeld: 6,00 € alle Hauptläufe
2,00 € alle Kinderläufe
2,00 € Nachmeldegebühr

Verpflegung: Getränkestationen alle fünf Kilometer auf der Laufstrecke
Zielverpflegung mit Wasser, Tee und Obst im Zielbereich

Und was gibt es noch?

Tolle anspruchsvolle Streckenführung
Umkleiden in der Auetalhalle
Bewachte Taschenaufbewahrung
Ein leckeres Buffet und vieles mehr...

Wir freuen uns auf Euch!

Aus Nähe wächst Vertrauen

Sparkasse
Harburg-Buxtehude

KREISZEITUNG
Wochenblatt

Steinofenbäckerei

GRAUE

EDEKA

Volker Meyer

EWE

www.auetal-events.de

04.10.2020
ab 09:30 Uhr



HINWEISE ZU COVID-19

Die Veranstaltung ist vom Gesundheitsamt unter den folgenden Auflagen genehmigt.

- Auf dem gesamten Sportplatzgelände herrscht Maskenpflicht für Sportler, Helfer und Zuschauer. Erst kurz vor Beginn des jeweiligen Laufs kann der Mund-Nasen-Schutz abgelegt werden.
- Der Zugang zur Startnummernabholung wird mit entsprechenden Abstandstreifen markiert, so dass ein Mindestabstand von 2,00 Metern eingehalten wird.
- Die acht vorhandenen Umkleidekabinen können jeweils mit je maximal 10 Läuferinnen und Läufern genutzt werden. Wenn möglich sollten die Läuferinnen und Läufer bereits in Ihrer Laufkleidung auf dem Sportplatz erscheinen.
- Der Start erfolgt nicht als Massenstart, sondern in kleineren Startwellen. Die Zeitmessung erfolgt per Transponder, so dass für jeden Läufer die Netto-Zeit unabhängig von der Startgruppe gemessen wird.
- Auf der Strecke ist ein Mindestabstand von 2,00 Metern beim Überholen einzuhalten.
- Wasserstationen sind auf der Strecke vorhanden, allerdings wird das Wasser hier nicht ange-reicht.
- Der Zielbereich ist nach dem Zieleinlauf unmittelbar zu verlassen. Die Zielverpflegung mit Was-ser und geschlossenem Obst (Äpfel, Bananen, Orangen) kann in Selbstbedienung erfolgen.
- Medaillen werden an die Sieger direkt nach dem Zieleinlauf übergeben. Eine gesonderte Sie-gerehrung erfolgt nicht.
- Die Duschen werden gesperrt, d.h. die Läuferinnen und Läufer sind angehalten, zuhause zu duschen und das Sportgelände nach dem Wettkampf zeitnah zu verlassen.
- Es sind maximal 50 Zuschauer auf dem Sportplatzgelände zugelassen. Diese haben sich in ent-sprechende Anwesenheitslisten einzutragen.
- Der Bambini-Lauf entfällt leider, da die Abstandsregeln hier nur schwer einzuhalten sind.

Aus Nähe wächst Vertrauen

Sparkasse
Harburg-Buxtehude

KREISZEITUNG
Wochenblatt

Steinofenbäckerei

GRAUE

EDEKA

Volker Meyer

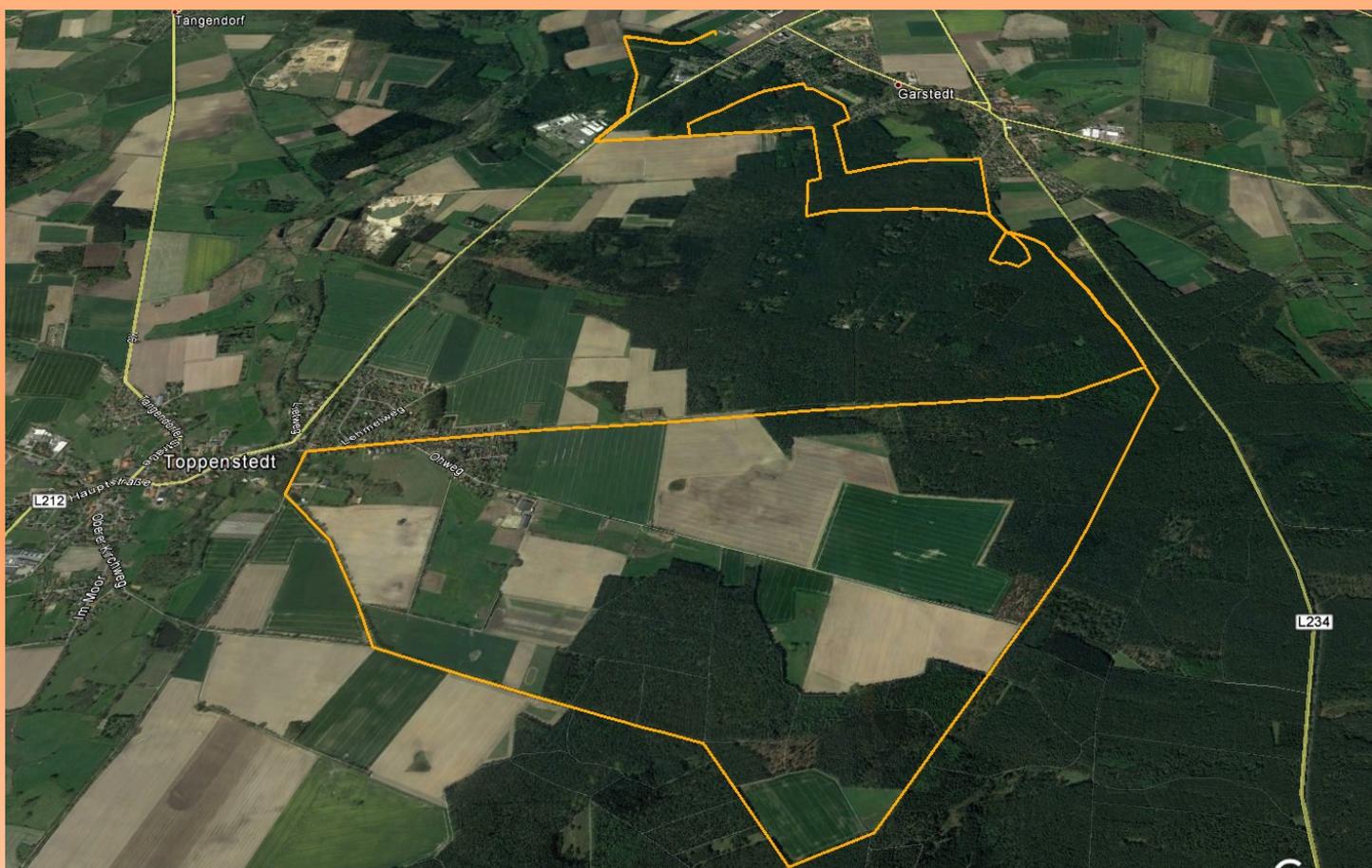
EWE

www.auetal-events.de

04.10.2020
09:30 Uhr



21,0km Halbmarathon:



Aus Nähe wächst Vertrauen

Sparkasse
Harburg-Buxtehude

KREISZEITUNG
Wochenblatt

Steinofenbäckerei

GRAUE

EDEKA

Volker Meyer

EWE

www.auetal-events.de

04.10.2020
09:45 Uhr



10,5km Heidjer-Cup:



Aus Nähe wächst Vertrauen
Sparkasse
Harburg-Buxtehude

KREISZEITUNG
Wochenblatt

Steinofenbäckerei
GRAUE

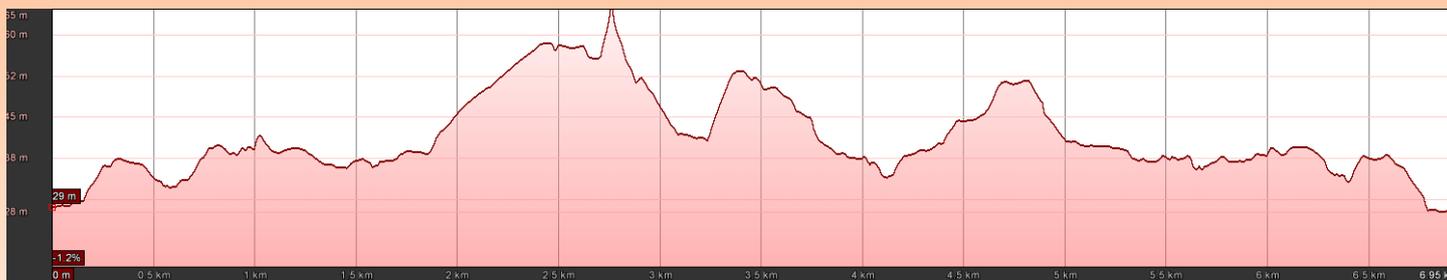
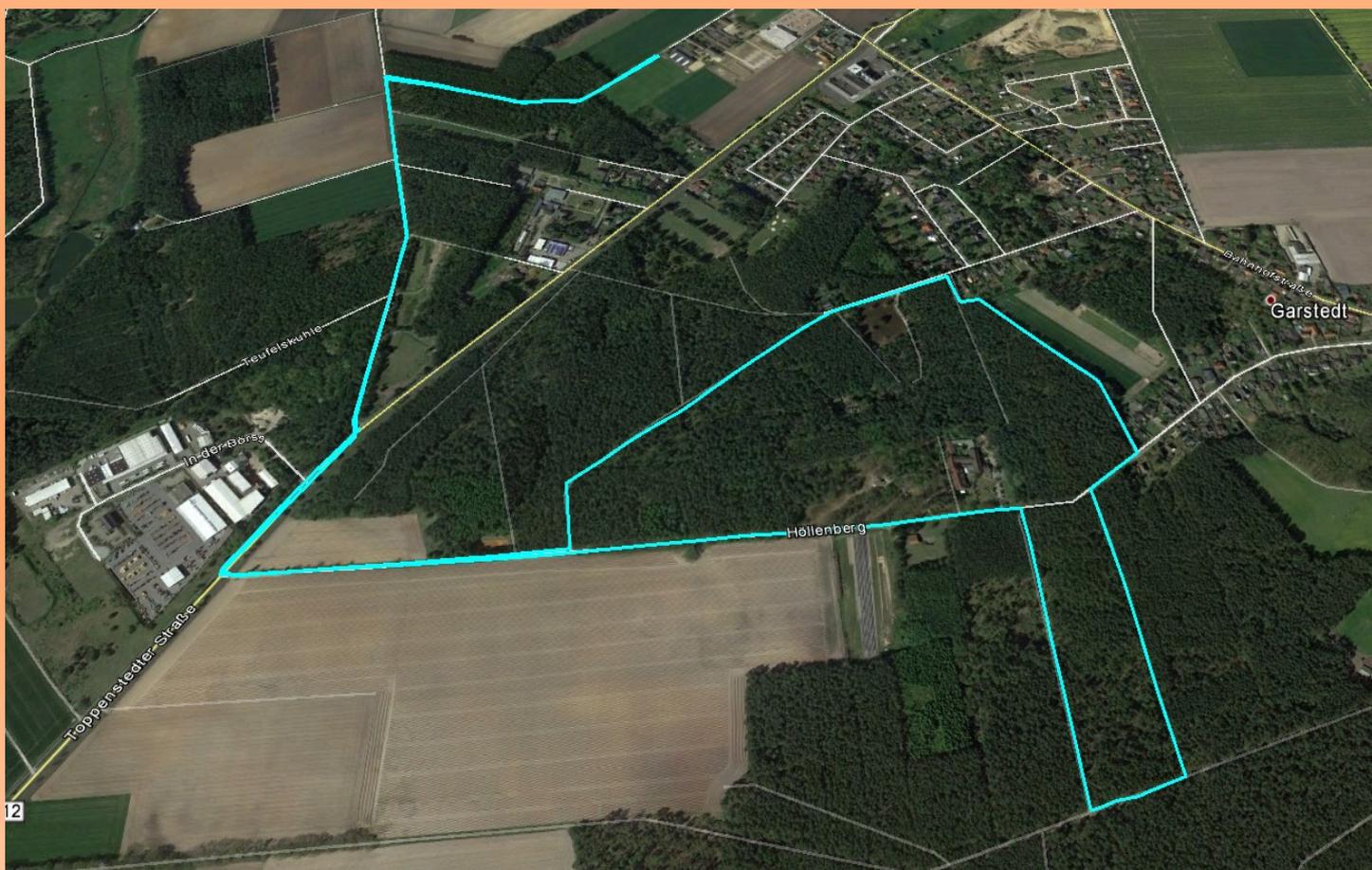
E Volker Meyer **EWE**
EDEKA

www.auetal-events.de

04.10.2020
10:00 Uhr



7,5km Nordic-Walking:



Aus Nähe wächst Vertrauen
Sparkasse
Harburg-Buxtehude

KREISZEITUNG
Wochenblatt

Steinofenbäckerei

GRAUE



Volker Meyer

EWE

www.auetal-events.de

04.10.2020
10:15 Uhr



5,5km Volkslauf:



Aus Nähe wächst Vertrauen
Sparkasse
Harburg-Buxtehude

KREISZEITUNG
Wochenblatt

Steinofenbäckerei

GRAUE

EDEKA

Volker Meyer

EWE

www.auetal-events.de

04.10.2020
ab 09:30 Uhr



800m Schülerlauf:

Der Schülerlauf findet auf und rund um den Sportplatz statt.

Sonstige Hinweise:

Die Teilnahme erfolgt auf eigenes Risiko. Der Teilnehmer erklärt mit Empfang seiner Startnummer, dass gegen seine Teilnahme keine gesundheitlichen Bedenken bestehen. Der Veranstalter übernimmt zudem keine Haftung für abhanden gekommene Bekleidungsstücke und andere Gegenstände. Während der Veranstaltung werden Bildaufnahmen erstellt, die zur öffentlichen Berichterstattung (Zeitungen, Internet) genutzt werden können.

Unsere Sponsoren:

Aus Nähe wächst Vertrauen



Sparkasse
Harburg-Buxtehude

KREISZEITUNG
Wochenblatt

EDEKA **Volker Meyer**

EWE



„...so nah!
so unglaublich anders!“

wir wünschen viel
Spaß beim Oktober-Lauf!

Steinofenbäckerei

GRAUE

Mühlenweg 35 - 21445 Wulfsen
www.baecckerei-graue.de

Termine des Heidjer-Cups 2020

- 01.05.2020—36. Stadt- und Deichlauf Winsen
- 17.05.2020—22. Wald- und Wiesenlauf Salzhausen
- 06.06.2020—23. HIT-felder Volkslauf
- 21.06.2020—22. Buchholzer Stadtlaf
- 23.08.2020—2. Rosengartenlauf
- 06.09.2020—11. Brunsberglauf
- 11.09.2020—24. Run for Help Winsen
- 13.09.2020—Pattensen läuft
- 20.09.2020—33. Jesteburger Volkslauf
- 04.10.2020—14. Auetal-Oktoberlauf
- 25.10.2020—42. Borsteler Volkswaldlauf

TSV Auetal e.V.
Bornbachweg 8
21441 Garstedt
oktoberlauf@tsvauetal.de

Aus Nähe wächst Vertrauen

Sparkasse
Harburg-Buxtehude

KREISZEITUNG
Wochenblatt

Steinofenbäckerei

GRAUE



Volker Meyer

EWE

www.auetal-events.de



ZUHAUSE L'AUFT'S.

Weil dank EWE niemand mehr kalte Füße bekommt.

Wärme⁺

Ihre neue Heizung müssen Sie nicht kaufen.¹

Neue
Heizung für
0,- €¹

- + **Echt bequem:** 0,- Euro Investitionskosten*
- + **Echt einfach:** in nur 5 Minuten online zum verbindlichen Angebot
- + **Echt sorglos:** Wartung, Schornsteinfeger und 24h-Notdienst inklusive
- + **Echt flexibel:** kürzere Laufzeiten – passend für alle Lebensumstände
- + **Echt verlässlich:** unser In-24h-wieder-warm-Service-Versprechen
- + **Echt kompetent:** Deutschlands größter Contracting-Anbieter

T 0800.3932000

www.zuhausewaerme.de

1) Keine eigene Investition. Für das Leistungspaket von EWE Wärme⁺ wird ein Grundpreis in Abhängigkeit von der Investitionssumme berechnet. Hinzu kommen die Energiekosten.
EWE VERTRIEB GmbH, Donnerschweer Straße 22–26, 26123 Oldenburg

EWE