

5. Denker Kleeblattlauf 2024



In der Zeit vom 1. November 2024 bis zum den 3. November 2024 findet wieder der Denker Kleeblattlauf statt. Es kann bis zum Wechsel von Sonntag auf Montag, den 4. November 2024 (0:00 Uhr) gelaufen, gegangen oder gewalkt werden. Mitmachen kann jeder, ob alleine, zu zweit oder als Familie. Eine Vereinsmitgliedschaft ist nicht nötig.

Alle gelaufenen Kilometer sollen von den Teilnehmern **bis Dienstag, den 5. November um 18 Uhr gemeldet** werden, oder in den Briefkasten der Geschäftsstelle gesteckt werden. **Absolviert und gewertet werden nur die Kilometer des Denker Kleeblatts.**

Je nach Zeit und Trainingszustand können einzelne Streckenabschnitte, oder auch das ganze Kleeblatt abgelaufen werden. Natürlich auch mehrfach. Die komplette Runde sind 14,33 km, gemessen vom Startpunkt an der Ecke Schmiedestraße/ Hauptstraße in der Dorfmitte.

In diesem Jahr gibt es zwei geführte Touren. Eine für Wanderer und eine für Walker / Nordic Walker. Hierbei wird immer ein Kleeblattabschnitt gegangen und zum Dorfmittelpunkt zurückgekehrt. Jeder kann für sich entscheiden wie viele Kleeblätter er bei dieser Tour geht. Bitte eigene Verpflegung mitbringen. Treffpunkt ist Ecke Hauptstraße / Am Zehnttor an der Bücherkiste.

Die einzelnen Streckenabschnitte weisen unterschiedliche Schwierigkeitsgrade und Untergründe auf. Von **kinderwagetauglich, rollstuhltauglich** und flach bis Trailweg und anspruchsvolle Steigungen, so dass jeder Teilnehmer eine für sich passende Möglichkeit finden sollte, an dieser Veranstaltung teilzunehmen.

Strecke 1 wechselnder Untergrund Asphalt, Schotterweg und Waldweg 2,8 km

Strecke 2 durchgängig asphaltiert / **kinderwagetaugliche Strecke** 3,99 km

Strecke 3 wechselnder Untergrund und leichte bis mittlere Steigung 3,51 km

Strecke 4 wechselnder Untergrund und anspruchsvolle Steigung und Abstieg 4,03 km



Wichtige Hinweise:

Es ist kein Volkslauf - Jeder Teilnehmer startet auf eigene Gefahr - Die Strecken sind nicht ausgeschildert - gpx Daten der Strecke können auf Anforderung per Mail versendet werden - Detailansichten der Streckenabschnitte sind demnächst auf der Homepage des MTV Groß Denkte zu finden.

In diesem Jahr gibt es eine Wertung für die meisten gelaufenen km in folgenden Altersgruppen

Kinder: U10 M/W U18 M/W

Männer und Frauen ab 18 Jahren

Senioren ab 65 Jahren

Die drei Personen mit den meisten erlaufenen Kilometern erhalten in diesem Jahr ein kleines Präsent.

Die Sieger der Altersklassen erhalten eine handgefertigte Medaille.

Jeder der seine km an den angegebenen QR Code sendet, bekommt eine Urkunde mit seinen gelaufenen Kilometern per Mail zugesendet. Die Siegerehrung findet im Rahmen des lebendigen Adventskalenders in Groß Denkte statt.

Für die Auswertung bzw. Siegerehrung werden folgende Daten benötigt:

Name Jahrgang M/W Mailadresse

und **wenn möglich** evtl. Bildnachweis/Screenshot der Strecke

Mailadresse für Rückfragen leichtathletik@mtv-gross-denkte.de



Geführte Wanderung: Samstag 14.30 Uhr

Walkingtour: Sonntag 10.30 Uhr

