

HAFTUNG:

Für Schäden und Verluste jeglicher Art übernehmen die Veranstalter keine Haftung.

SCHNELL ANMELDEN UND LOOP SICHERN!



SCHIRMHERRSCHAFT:

Zweckverband Linkes Weserufer

FOTOS:

Die Teilnehmenden erklären sich damit einverstanden, dass in der Meldung angegebene personenbezogene Daten und die im Zusammenhang mit dem Mittsommernachtslauf gemachten Fotos, Filmaufnahmen und Interviews in der Presse, Rundfunk, Fernsehen, Social Media, Werbung, Büchern, fotomechanischenervielfältigungen ohne Vergütungsanspruch meinerseits genutzt und an die Sponsoren und Partner der Veranstaltung weitergegeben werden dürfen.

INSTAGRAM

unter **mitsommernachtslauf**
findet ihr uns auf Instagram
#mitsommernachtslauf



LAUFEN verbindet!
Mittwoch, 22. Juni 2022,
ab 19 Uhr.

Niederlassung der
Volksbank Niedersachsen-Mitte



Volksbank
Grafschaft Hoya

Deutschland
Land der Ideen



Ausgewählter Ort 2007



Sponsoring und Erstellung
des Designs durch Agentur

FRAU SILBERFISCH

AGENTUR FÜR MEDIALES DESIGN & ILLUSTRATION

www.frau-silberfisch.de



LAUFEN verbindet!
Mittwoch, 22. Juni 2022.



ENDLICH IST ES WIEDER SOWEIT!

Nach den Ausfällen in den Jahren 2021 und 2020 soll der beliebte **MittSommerNachtsLauf** (MSNL) in diesem Jahr wieder stattfinden.

Die Strecke für Laufende führt von Marklohe nach Pennigsehl (Naturfreibad). Es wird auch eine Walking-Strecke angeboten.

LAUFSTRECKE – EINSTIEGSMÖGLICHKEITEN

- | | | |
|----------|---------|---|
| 1. Start | km 18,5 | 19:00 Uhr - Marklohe, FW Parkplatz |
| 2. noch | km 12,5 | 19:40 Uhr - Oyle, Zum Krümpel - Am Blanken Ende |
| 3. noch | km 8,5 | 20:15 Uhr - Binnen, Hauptstr./ Bushalt KiGa Kirche |
| 4. noch | km 5,0 | 20:30 Uhr - Glissen, Gasthaus Am Rohrbach |
| 5. Ziel | | 21:15 Uhr - Naturbad Pennigsehl |

WALKINGSTRECKE

- | | |
|----------|---|
| 1. Start | 19:00 Uhr - Amtshof Steyerberg |
| 2. noch | km 6,0 19:55 Uhr - Hesterberger Waldrand |
| 2. Ziel | ab 21:00 Uhr - Naturbad Pennigsehl |

ANMELDUNGEN:

für alle per Email bis zum 15. Juni 2022 unter: mittsommerlauf@frau-silberfisch.de möglich.

Für jede Voranmeldung gibt es einen Loop, solange der Vorrat reicht. Vor Ort sind Nachmeldungen möglich.

STARTGEBÜHR:

2,- € für Erwachsene, am jeweiligen Startpunkt zu zahlen.

TEMPO:

Die Strecken werden gemeinsam in einem Tempo von etwa 6 min/km gelaufen bzw. etwa 6 km/Std. gewalkt.

VERPFLEGUNG:

An jeder Station wird eine kleine Pause zur Verpflegung eingelegt und es besteht die Möglichkeit des Ein- und Ausstiegs.

ANSPRECHPARTNER*INNEN:

Gerlinde Vogel, Michael Duensing, Janet Silberfisch

mittsommerlauf@frau-silberfisch.de

Handy: 01 51 - 15 30 90 64

UND SONST SO? SHUTTEL UND CO:

Die Zufahrten zu den Einstiegspunkten werden ausgeschildert.

Der Transport der Taschen zum Zielort wird organisiert. Taschenrückgabe ist ab ca. 21:00 Uhr am Naturbad Pennigsehl.

Für die Teilnehmenden besteht die Möglichkeit, die Duschen und das Naturbad Pennigsehl zu nutzen. Die Aktiven organisieren selbst die An- und Abfahrt. Es gibt die Möglichkeit eines Shuttles durch die Feuerwehr vom Zielort Pennigsehl zur Einstiegsstelle Feuerwehr-Parkplatz Marklohe bzw. Amtshof Steyerberg. Da das Zeitfenster dafür sehr knapp ist und um einen pünktlichen Start gewährleisten zu können, müssen die Abfahrzeiten beachtet werden. Danach ist ein Shuttle durch die Feuerwehr nicht mehr möglich.

Abfahrt Shuttle Naturbad Pennigsehl: 18:00 Uhr

Voranmeldungen für die Shuttlefahrten sind bei der Anmeldung unbedingt erforderlich!

Gute Parkmöglichkeiten bestehen am Naturbad Pennigsehl.

