



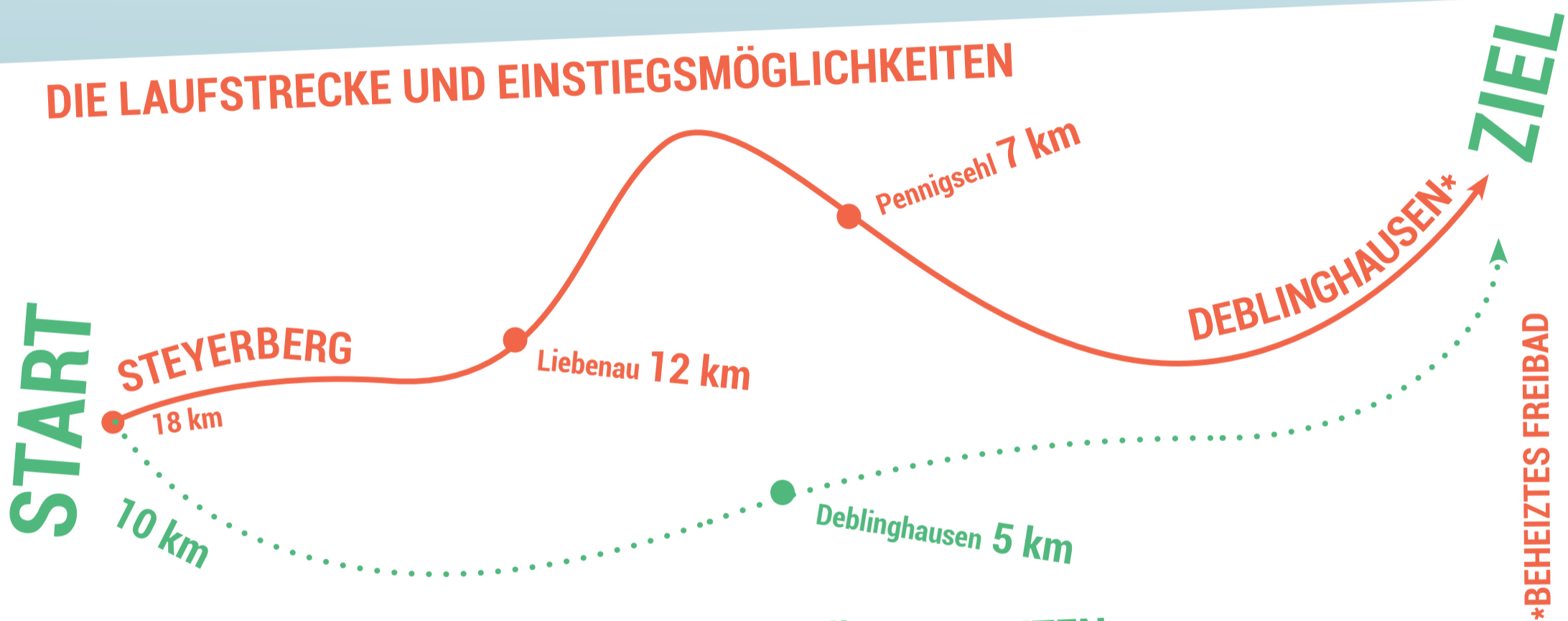
**LAUFEN verbindet!**  
19. Juni 2024

**17. MittSommerNachtslauf**

**MSNL 2024**

**ACHTUNG:**  
Wegen EM eine Woche  
vorverlegt!  
**Mittwoch, 12. Juni,**  
**ab 19 Uhr.**

## DIE LAUFSTRECKE UND EINSTIEGSMÖGLICHKEITEN



## DIE WALKINGSTRECKE UND EINSTIEGSMÖGLICHKEITEN

### ANMELDUNGEN:

für alle per Email bis zum 4. Juni 2024 unter:  
[mittsommerlauf@frau-silberfisch.de](mailto:mittsommerlauf@frau-silberfisch.de) möglich.  
Vor Ort sind Nachmeldungen möglich.



### STARTGEBÜHR:

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

### TEMPO:

Läufer\*innen: ca. 6 min/km  
Walker\*innen: ca. 6 km/Std

### ANSPRECHPARTNERINNEN:

Gerlinde Vogel, Janet Silberfisch  
[mittsommerlauf@frau-silberfisch.de](mailto:mittsommerlauf@frau-silberfisch.de)  
Handy: 01 51 - 15 30 90 64

### UND SONST SO? SHUTTLE UND CO:

Abfahrt Shuttle Freibad Deblinghausen: 18:00 Uhr  
Anmeldung unbedingt erforderlich!  
Gute Parkmöglichkeiten bestehen am Freibad.

**VERANSTALTER:** TSV Lemke e.V.

## NEUER ACCOUNT

MIT FREUNDLICHER UNTERSTÜTZUNG:



### INSTAGRAM

unter [msnlauf](#)  
findet ihr uns auf Instagram  
[#mittsommernachtslauf](#)

