



08. 04. 2016, 18.00 Uhr, Besucherbergwerk F60 in Lichterfeld

3. F60 Brückenlauf

NEU: erstmals ab 16 Jahre freigegeben und mit „Nudelparty“ nach dem Lauf

Erfahrene Laufprofis, ambitionierte Ranglistenläufer und Freizeitsportler sind beim F60-Brückenlauf herzlich willkommen. Mit dem international erfolgreichen Triathleten, Franz Löschke, trug sich bereits ein Nachwuchs- und Teamweltmeister in die Siegerliste ein. Der wohl weltweit einzige Lauf über ein Tagebaugroßgerät gewinnt aufgrund seiner einzigartigen Wettkampfstätte, seiner guten Organisation und der herzlichen Gastfreundschaft des F60-Teams Fans und Freunde aus Nah und Fern. Von „sauhart“ bis „Wahnsinn“, „unbeschreiblich“ und „geiler Lauf“ reichen die begeisterten Statements der atemlosen Läuferinnen und Läufer, wenn Sie auf 80 m Höhe durchs Ziel gehen und den Ausblick über die spektakuläre Tagebaufolgelandschaft und den Bergheider See genießen.

Wie bei Hochhausläufen verläuft die Strecke nicht über Stock und Stein sondern treppauf - treppab über ca. 400 Stufen und sicher ausgebaute Rundwege bis hoch zum Aussichtshaus der F60 in luftigen 80 m Höhe. Im Einzelstart geht es nach einem kurzen „Anlauf“ im Bergwerksgelände über den ca. 500 m langen Rundweg hinauf zum Ziel – einzigartig, atemberaubend, spektakulär. Wegen des ungewöhnlichen Geläufes und im Interesse aller Starter gelten besondere Sicherheitsregeln, die wir dringend einhalten müssen, z. B. die Pflicht, einen Fahrrad- oder Kletterhelm zu tragen, die Limits beim Starterfeld (max. 100 Personen) und beim Mindestalter. Nach zwei super organisierten und absolut vorkommnisfreien Läufen in den ersten beiden Jahren, dürfen sich in diesem Jahr auch Sportlerinnen und Sportler ab 16 Jahren anmelden. Wir bitten alle Läufer, sich bereits um 16.30 Uhr zu einem Briefing mit Streckenbesichtigung einzufinden. Die Sieger bei den Frauen und Männern erhalten den Pokal des Bergwerksdirektors, für jeden Teilnehmer gibt es eine Teilnahmeurkunde und das großartige Gefühl, bei einem einzigartigen Laufsportereignis dabei gewesen zu sein.

Natürlich gibt es auch wieder einen **Teamwettbewerb**. Dabei geht´s nicht um Zeiten und Punkte – schon die Teilnahme wird belohnt. Hier die Bedingungen:

Als Team gelten jeweils 5 Personen, die alle in der gleichen Straße wohnen (Nachbarschaftsteams) oder in der gleichen Firma arbeiten (Firmenteams) oder im gleichen Verein organisiert sind (Vereinsteams) oder zu einer Familie (Familienteams) gehören.

Wenn alle 5 Teammitglieder finishen, gibt´s ein Grillpaket mit regionalen Köstlichkeiten für den nächsten gemeinsamen Grillabend. Bitte gebt euch bei der Anmeldung einen lustigen Namen.

Um das Lauferlebnis in lockerer Atmosphäre mit Sportfreunden aus Nah und Fern nachzubereiten oder einfach um die Kohlehydratspeicher schnell wieder aufzufüllen, lädt das F60-Team zur **„Nudelparty“** an die Feldküche oder bei schlechtem Wetter in die Steigerstube ein. Der große Nudelteller mit Tomatensoße oder leckerer Pesto ist hier für 2,50 Euro zu haben.

Läufer, die spontan nach dem ganz besonderen Laufvergnügen beim Brückenlauf noch beim Volkslauf am Samstag starten wollen, können kostenfrei auf dem F60-Gelände campen und starten am 9.4. ohne Nachmeldegebühren.

Startgeld bei online Voranmeldung	10,00 € incl. ein Zuschauer/ Gast und Zeltplatz auf dem F60 - Gelände	Nachmeldegebühr für Anmeldung am Wettkampftag	+ 2,00 € incl. ein Zuschauer/ Gast und Zeltplatz auf dem F60 - Gelände
--	--	--	---

Ausschreibung, Sicherheitsbestimmungen, sonstige Informationen und Online-Anmeldung
unter www.f60.de oder www.lausitz-timing.de