



# 16. LIONS-Monopteros-Lauf

## 29. September 2019



### Benefizlauf für Jedermann

insbesondere aber auch

### Trainingslauf für den München Marathon

### Es erwarten Sie:

- Organisierter Trainingslauf für Marathon-Läufer/Läuferinnen als optimale Vorbereitung auf den MÜNCHEN MARATHON
- Strecken gerne frei kombinierbar: 5 / 10 / 14 / 19 / 28 / 33 km – auch für kürzere Läufe, Nordic Walking und Handbike/Rolli
- Gemeinsamer Start um 9:00 Uhr

### Hinter der rein ehrenamtlichen Organisation steht ein guter Zweck:

Mit den Reinerlösen aus dem Monopteros-Lauf fördern wir insbesondere die sportliche Betätigung und Betreuung von Kindern und Jugendlichen der Behindertensportabteilungen in den Vereinen PSV München, USC München, TSV Forstenried und TSV Milbertshofen.

**Alles Nähere inkl. Anmeldung über**  
**[www.monopteroslauf.de](http://www.monopteroslauf.de)**

### Veranstalter:

HILFSWERK DES LIONS CLUB MÜNCHEN ALT-SCHWABING E.V.



# Allgemeine Informationen

<b>Wann:</b>	Sonntag, den 29. September 2019
<b>Startzeit:</b>	Gemeinsamer Start um 9:00 Uhr
<b>Zielschluss:</b>	ca. 12:30 Uhr
<b>Zeitmessung:</b>	Keine; jeder läuft sein individuelles Trainingstempo
<b>Start / Ziel:</b>	Englischer Garten – am Chinesischen Turm
<b>Strecke:</b>	2 markierte Runden à 14 km, also 28 km; Strecken gerne frei kombinierbar, z.B.: 5 / 5+5=10 / 14 / 14+5=19 / 14+14+5=33 km
<b>Verpflegung:</b>	zwei Verpflegungsstellen (am Chinesischen Turm und beim Aumeister)
<b>Taschenaufbew.:</b>	im Startbereich am Chinesischen Turm
<b>Duschen:</b>	leider keine Möglichkeit
<b>An-/Abfahrt:</b>	Am besten mit öffentlichen Verkehrsmitteln (z.B. Bus 54 oder 154) direkt zum Chinesischen Turm im Englischen Garten

## Haftungsausschluss:

Die Teilnahme am Monopteros-Lauf erfolgt auf eigene Verantwortung; der Veranstalter kann keine Haftung gegenüber den Läufern und für sie übernehmen.

## Teilnehmergebühr:

Die Teilnehmergebühr von € 22,- beinhaltet den Streckendienst, Getränke und Verpflegung an zwei Stationen, die Sporttaschen-Aufbewahrung sowie ein kleines Erinnerungspräsent. Natürlich freuen wir uns sehr über zusätzliche Geldscheine in unserem Spendentopf. Vielen Dank dafür!

## Anmeldeschluss:

Online: Freitag, 27. September 2019. Nachmeldungen sind auch am Start noch möglich; Teilnehmergebühr dann allerdings € 25,-

## Freistart-Verlosung:

Unter den Online-Angemeldeten unseres Benefizlaufs wird eine Freistart-Karte für den MÜNCHEN MARATHON verlost.

## Online-Anmeldung:

[www.monopteroslauf.de](http://www.monopteroslauf.de)

Anfragen: [info@lions-monopteros-lauf.de](mailto:info@lions-monopteros-lauf.de)

LIONS-Karten: [www.lionskarten.de](http://www.lionskarten.de)

**16. LIONS-MONOPTEROS-LAUF 2019**  
**29. September 2019**  
**Benefizlauf für Jedermann insbesondere aber auch**  
**Traininglauf für den München Marathon**

