



Heimvorteil für Schlaue Stromer!



Die Schlaue-Stromer-Karte zu zücken, bringt Ihnen Ihren persönlichen Heimvorteil. Nutzen Sie Rabatte, Zusatzleistungen und vieles mehr bei über 300 Akzeptanzstellen im Saarland. Einfach daran denken – hier und jetzt!

Die neue Schlaue-Stromer-Karte – Ihr persönlicher Heimvorteil.

www.schlauerstromer.de

5. energis Nachtwächterlauf in Ottweiler



RUNNERS POINT

Samstag, 12. Dezember 2009
10-km-Lauf, 17:30 Uhr

Amtlich vermessen nach IAAF-Regeln!

Einzigartige Atmosphäre! Laufstrecke von über 100 Fackelträgern ausgeleuchtet! Musikalische Unterstützung durch eine Sambagruppe.

Meine Empfehlung: Das kostenlose Girokonto ohne versteckte Kosten.

SpardaGiro: Für unsere Mitglieder schon immer ohne Gebühren, ohne monatlichen Mindesteingang, inklusive Online-Banking und Kontowechsel-Service. Wechseln Sie jetzt zum kostenlosen Girokonto der Sparda-Bank. Für Sie in St. Wendel, Wilhelmstraße 20 und in Neunkirchen, Bahnhofstraße 22.

Sparda-Bank Südwest eG
www.sparda-sw.de
SpardaService-Center: 01805 / 915 550
(0,14 EUR/Min. im dt. Festnetz, abweichende Preise aus dem Mobilfunk)



Lassen Sie doch Ihr Auto stehen!

Ohne Stress direkt in die City.



fahr' mit **NVG**
Neunkircher Verkehrs-AG

Wellesweilerstraße 146
66538 Neunkirchen
Telefax 068 21 / 240 248
Telefon 068 21 / 240 240

www.nvg-neunkirchen.de

5. energis-Nachwächterlauf

VERANSTALTER • MELDEANSCHRIFT • INFORMATIONEN

Leichtathletikabteilung, Lauftreff TV Ottweiler und Stadt Ottweiler
Christa Berwanger, Spiemontstraße 8,
66606 St.Wendel, Tel./Fax: 06851/5888,

E-Mail: veranstaltungen@tvo-leichtathletik.de

Wir bitten um **ONLINE-VORANMELDUNGEN** unter:

www.tvo-leichtathletik.de oder

www.lauftreff-tvottweiler.de

Keine Kosten bei Nichterscheinen!
Bezahlung beim Abholen der Startnummer!

MELDESCHLUSS ist Dienstag, der 8. Dezember 2009.

NACHMELDUNGEN sind nur bis 1 Stunde vor dem Start möglich.

ORGANISATIONSBEITRAG:

Je Teilnehmer 5,00 €. Bei Vorlage der
„Schlaue-Stromer-Karte“ 1,00 € Ermäßigung.

STARTUNTERLAGEN • SIEGEREHRUNG

Die Startunterlagen können ab 15:00 Uhr im Schlosstheater abgeholt werden. Dort findet auch ab 19:30 Uhr die Siegerehrung statt.

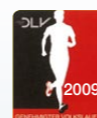
START • ZIEL • LAUFSTRECKE

Start und Ziel ist in der Nähe des Schlosstheaters.
Die Laufstrecke führt auf einem Rundkurs von 2,5 km durch die Stadt.
Sie ist der Dunkelheit entsprechend mit Straßenlaternen und
zusätzlich von über 100 Fackelträgern ausgeleuchtet.



KLASSENEINTEILUNG

Schüler/-innen (1994 und jünger)
WJB, MJB, WJA, MJA • W/M20 – W/M70



AUSZEICHNUNGEN

Historische Urkunden für alle Teilnehmer/-innen.
1.-3. Gesamtsieger bei Frauen und Männern
Geldpreise oder Gutscheine.
Sachpreise für die Plätze 1-3 pro Altersklasse.

ANSAGE

Jochen Heringhaus von **RUNNERS POINT**

UMKLEIDE • DUSCHEN

in der Seminarsporthalle und Sporthalle „Im Alten Weiher“.

ERGEBNISLISTEN • URKUNDEN

kommen zum Aushang und sind unter www.tvo-leichtathletik.de online
abrufbar. Beide können gegen Kostenerstattung nachgesandt werden.

SANITÄTSDIENST: DRK Ottweiler

HINWEIS: Der Veranstalter übernimmt keine Haftung
für Unfälle und sonstige Schadensfälle.



BAUERFEIND® Venotrain Sport
Warum Kompressionsstrümpfe im Sport?

Circa 80 Prozent unseres Blutvolumens befinden sich in unseren Venen. Bei sportlicher Belastung wird der Körper schneller durchblutet, das heißt mehr Blut fließt durch die Beine, während sich unter anderem die venösen Gefäße weiten. Durch die größere Menge Blut können die Beine mit der Zeit schwer werden ein Effekt, der besonders Langstreckenläufer rascher ermüden lässt. Kompressionsstrümpfe bauen von außen Druck auf die Gefäße auf und wirken so dem Blutstau entgegen. Das Ergebnis : Sportler fühlen sich in Kompressionsstrümpfen deutlich fitter : „mehr Ausdauer“, „besseres Sicherheitsgefühl beim Laufen“, „kürzere Regenerationsphase“.

Sporteinlagen und Laufbandanalyse

Für jeden Einsatz die passende Unterstützung. Einlagen nach Maß, angepasst an die verschiedenen Belastungen : Running, Walking, Fußball, Ski Alpine, Inline Skates - alles ist in unseren Fachbetrieben möglich.



Latrich GmbH

Ihrer Gesundheit zuliebe !!

**Hebbelstrasse 5-7
66538 Neunkirchen
06821 / 210344**

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	
Name	Vorname	geburtlich Geburtsjahr	männlich Verein	weiblich	Strasse	PLZ	Ort				

Anmeldung zum energis-Nachwächterlauf
am 12.12.2009 in Ottweiler

Startnummer

TV Ottweiler
Christa Berwanger
Spiemontstraße 8
66606 St.Wendel

www.tvo-leichtathletik.de
www.lauftreff-tvottweiler.de

Tel./Fax: 06851/5888