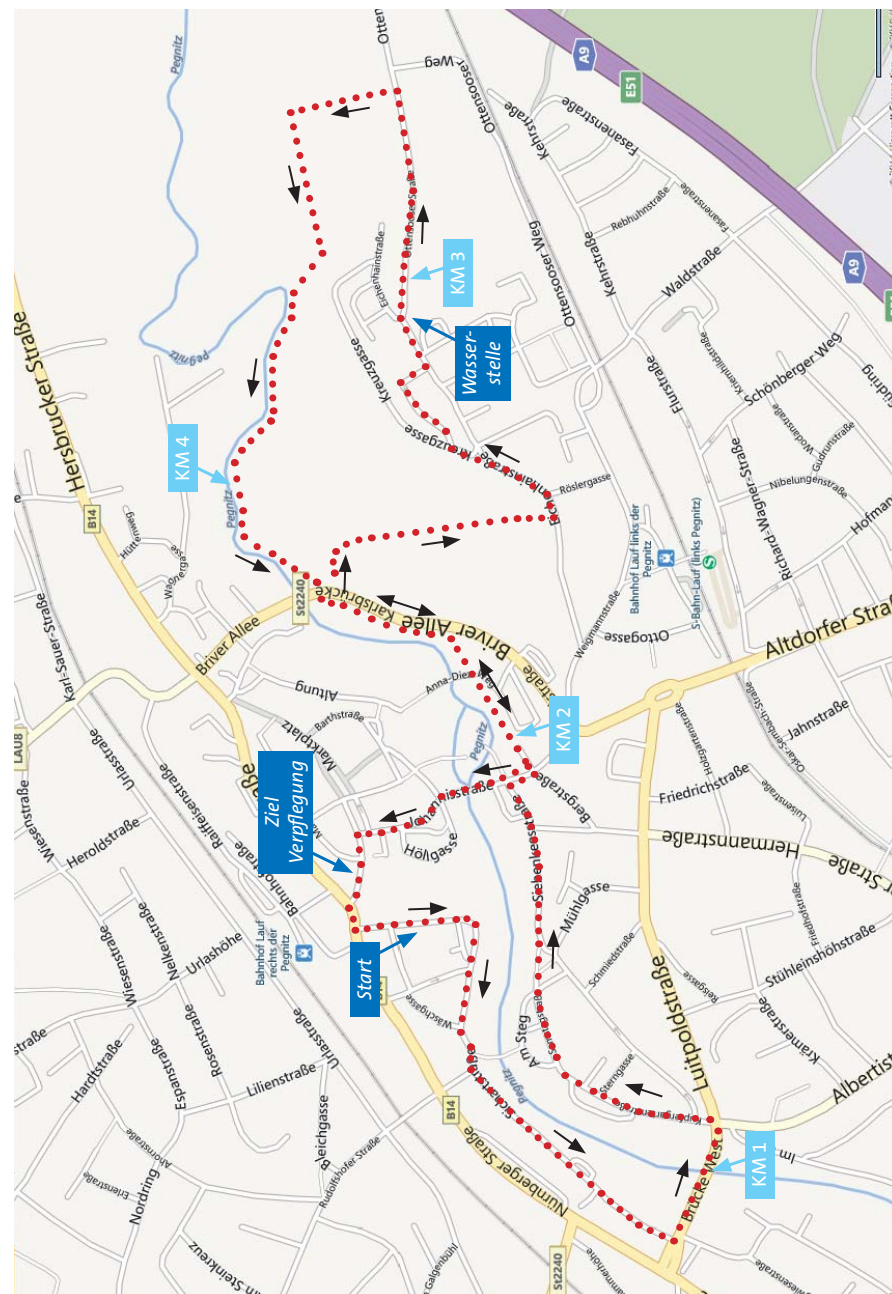


## Streckenplan

2 Runden à 5 KM, Walker eine Runde



### Sport- und Freizeitpark Lauf

Einfach bequem online reservieren und loslegen. Keine unnötigen Terminabsprachen, Sie sehen alle freien Plätze unter [www.sport-lauf.de](http://www.sport-lauf.de), buchen den gewünschten Court und können Ihren Sport machen.

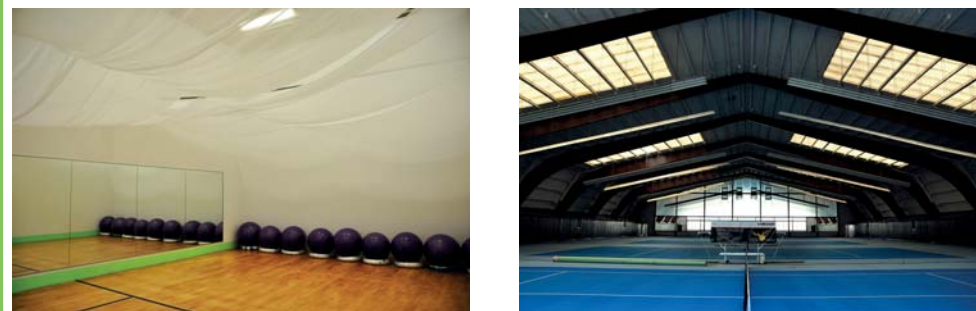
info@sport-lauf.de •  
www.sport-lauf.de  
Telefon: 09123 9892690  
Mobil: 0170 2206676

### SPORT- UND FREIZEITPARK LAUF



In unserer Anlage finden Sie drei wunderschöne **Squash-Courts** zur Ihrer Verfügung. Wir bieten vom Flatrate-Squashen über den Squash-Club bis hin zur Sauna alles was Sie wünschen. Kommen Sie zur Vorbereitung oder zum freien Spiel auf unsere Freiplätze. Wir sind die ersten die, die Freiluftsaison eröffnen. Werden Sie Flatrate-Kunde oder buchen Sie bequem online von zuhause ihre Stunde. Kein Verein keine Mitgliedschaft! Bei Flatrate-Buchung ist die Hallenbenutzung kostenfrei mit inbegriffen.

Ein **Spiegelkursraum** für verschiedene Kurse sowie zwei Kursräume für Cross-Training und Kampf-Sport stehen zur Verfügung. Sechs top gepflegte **Hallenplätze**, in der sehr hellen und gelenkschonenden Tennishalle, warten auf Sie.



## Siegerliste

| Jahr | Sieger Männer   | Siegerin Frauen  | Teilnehmer                |
|------|---|--|---------------------------|
| 1999 | <b>Nicki Kohl</b><br>LG Nürnberg, 00:33:10                      | <b>Mulu Kassa</b><br>LG Nürnberg, 00:37:43               | 141                       |
| 2000 | <b>Nicki Kohl</b><br>LG Nürnberg, 00:34:02                      | <b>Mulu Kassa*</b><br>LG Nürnberg, 00:36:49              | 286                       |
| 2001 | <b>Paul Sichermann</b><br>LG Kreis Ansbach, 00:31:40            | <b>Mulu Kassa</b><br>LG Nürnberg, 00:37:38               | 205                       |
| 2002 | <b>Paul Sichermann</b><br>LG Kreis Ansbach, 00:32:57            | <b>Marita Winterstein</b><br>Zirndorf, 00:42:05          | 304                       |
| 2003 | <b>Hannes Schmidt</b><br>VFL Tri Team Nürnberg, 00:34:52        | <b>Maria Bak</b><br>MTP Hersbruck, 00:37:45              | 302                       |
| 2004 | <b>Hannes Schmidt</b><br>VFL Tri Team Nürnberg, 00:34:52        | <b>Gerlinde Ohlmann</b><br>TV Strullendorf, 00:43:03     | 292                       |
| 2005 | <b>Hannes Schmidt</b><br>VFL Tri Team Nürnberg, 00:35:46        | <b>Simone Track</b><br>Bike'n'run, 00:41:45              | 309                       |
| 2006 | <b>Clemens Jungkunz</b><br>Triathlongemeinschaft Lauf, 00:35:04 | <b>Simone Track</b><br>Bike'n'run, 00:39:45              | 274                       |
| 2007 | <b>Philip Kilgannon</b><br>Sportsworld, Dublin, 00:34:08        | <b>Ursula Riedel</b><br>MTP Hersbruck, 00:45:14          | 364                       |
| 2008 | <b>Philip Kilgannon</b><br>Sportsworld, Dublin, 00:34:09        | <b>Irene Basten</b><br>Team Kondi-Uni Bayreuth, 00:42:21 | 340                       |
| 2009 | <b>Nicki Kohl</b><br>Ohne Verein Nürnberg, 00:35:40             | <b>Mulu Riedel</b><br>TSG Roth, 00:43:53                 | 287                       |
| 2010 | <b>Nicki Kohl</b><br>Team Königsapotheke, 00:35:25              | <b>Mulu Riedel</b><br>LG Nürnberg, 00:44:06              | 305                       |
| 2011 | <b>Andreas Janker</b><br>DAV Röthenbach, 00:34:29               | <b>Christina Wirth</b><br>TSV Ebermannstadt, 00:41:02    | 269                       |
| 2012 | <b>Dominik Mages</b><br>LAC Quelle Fürth, 00:34:49              | <b>Julia Lettl</b><br>SC Spiegelau, 00:38:18             | 280 +<br>43 Nordic Walker |
| 2013 | <b>Simon Schwarz</b><br>TSV Gräfelting, 00:32:59                | <b>Eva Scheu</b><br>Team Bock, 00:40:59                  | 311 +<br>18 Nordic Walker |
| 2014 | <b>Florian Lang</b><br>DAV Röthenbach 00:35:15                  | <b>Domenika Weiß</b><br>Skivereinigung Amberg 00:37:10   | 227 +<br>22 Nordic Walker |
| 2015 | <b>Addisu Tulu Wodajo *</b><br>Team Finishline 00:31:22         | <b>Silke Bittel</b><br>LAC Quelle Fürth 00:41:03         | 281 +<br>36 Nordic Walker |
| 2016 | <b>Berhanu Diro</b><br>LAC Quelle Fürth 00:33:40                | <b>Eva Scheu</b><br>Team FinishLine 00:41:44             | 215 +<br>28 Nordic Walker |
| 2017 | <b>Addisu Tulu Wodajo</b><br>TV 1848 Coburg 00:33:52            | <b>Eva Scheu</b><br>Team FinishLine 00:42:08             | 203 +<br>46 Nordic Walker |

\* Streckenrekord

**fit+** BEHRINGERSDORF

**JETZT ABSCHLIEßEN UND SPAREN!**



**RÜCKEN STÄRKEN • EXPRESS SCHLANK WOHLFÜHLFIGUR • MUSKELAUFBAU FREUNDE TREFFEN • U.V.M**

- + modernste Geräte
- + helle Räume
- + Beweglichkeitszirkel
- + Getränke-Flat (Wasser)
- + Functional Training
- + kostenlose Duschen

\* für die ersten 6 Monate, danach 25 Euro im Monat, einmalige Startgebühr: 60 Euro

[www.fitplus-club.de](http://www.fitplus-club.de) - Tel.: 09179-9658060

**Lebenshilfe STIFTUNG**  
IM NÜRNBERGER LAND



Foto: Daniel Decombe

### 20. ALTSTADTFESTLAUF 2018

Lauf a. d. Pegnitz  
22. Juni 2018

Zu Gunsten der Lebenshilfe Stiftung  
Schirmherr: 1. Bürgermeister der Stadt Lauf, Herr Benedikt Bisping

Anmeldung unter [www.lebenshilfe-nbg-land.de](http://www.lebenshilfe-nbg-land.de)





„Was wir zu lernen haben ist so schwer und doch so einfach und klar: Es ist normal verschieden zu sein.“

Mit diesen Worten des ehemaligen Bundespräsidenten Richard von Weizsäcker, die sich die Lebenshilfe zum Motto gemacht hat, begrüße ich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Altstadtfestlaufs herzlich in unserer Stadt.

Ich freue mich sehr, dass auch in diesem Jahr wieder zahlreiche Sportbegeisterte mit dabei sind, die etwas für ihre Gesundheit tun wollen und sich gleichzeitig in den Dienst der guten Sache stellen.

Als im Jahr 1999 der Startschuss für den ersten Altstadtfestlauf der Lebenshilfe im Nürnberger Land fiel, geschah dies in der Absicht, mit einem attraktiven Wettbewerb ein Zeichen für Akzeptanz und Integration zu setzen und sich für die Belange von Menschen mit Handicap stark zu machen. So diesen die Erlöse unter anderem der Förderung von Maßnahmen und Einrichtungen, die geistig und mehrfach Behinderte dabei unterstützen, ein weitgehend selbstbestimmtes Leben zu führen.

An alle Sportlerinnen und Sportler, die im Laufe der Jahre mit ihrer Teilnahme an dieser Veranstaltung Gemeinsinn und sozialen Zusammenhalt zum Ausdruck gebracht haben, geht ein ganz großes Dankeschön – ebenso wie an die Organisatoren, Sponsoren und ehrenamtlichen Helfer, die den Altstadtfestlauf mit viel Engagement vorbereiten und für einen reibungslosen Ablauf sorgen.

Ihnen allen wünsche ich einen spannenden und fairen Wettkampf, viel Spaß und Erfolg, ein begeistertes Publikum und schöne Stunden auf dem Laufer Altstadtfest.

Mit sportlichem Gruß  
Benedikt Bisping, Erster Bürgermeister



Ein herzliches Grüß Gott und „Glück auf“ entbiete ich allen Teilnehmern des 20. Laufer Altstadtfestlaufes. Bereits seit 1999 ist die Stiftung Lebenshilfe Nürnberger Land Veranstalter des Laufer Altstadtfestlaufes, an dem jedes Jahr aufs Neue zahlreiche sportbegeisterte Läuferinnen und Läufer zusammenkommen. Seit 2012 wird auch, zusätzlich zu der 10 km Strecke, eine 5 km Nordic-Walking-Strecke für Menschen mit und ohne Behinderung angeboten.

Nicht nur, dass die Läuferinnen und Läufer durch ihre Teilnahme am Altstadtfestlauf etwas für die eigene Fitness und Gesundheit tun, sie unterstützen damit auch gleichzeitig die Stiftung Lebenshilfe Nürnberger Land, die sich seit Jahrzehnten für die Belange von Menschen mit Behinderung einsetzt.

Besonders stolz sind wir auch darauf, dass die Teilnehmer nicht nur aus der Stadt Lauf und dem Landkreis Nürnberger Land kommen, auch über die Grenzen des Landkreises hinaus, genießt der Laufer Altstadtfestlauf einen hervorragenden Ruf.

Die Stiftung Lebenshilfe Nürnberger Land wünscht allen Sportlerinnen und Sportlern eine unfall- und verletzungsfreie Teilnahme, viel Spaß und Freude und jedem Einzelnen den gewünschten Erfolg!

Gerhard John, Vorsitzender des Stiftungsrates

**Heimatliebe ist einfach.**

sparkasse-nuernberg.de

**Wenn's um den Landkreis Nürnberger Land geht, sind wir mit dem Herzen dabei.**

Sparkasse Nürnberg

**KOMM VORBEI!**

Tiergarten Nürnberg

www.tiergarten.nuernberg.de

## Ausschreibung

### Altstadtfestlauf in Lauf a. d. Pegnitz - 10 KM

am Freitag, 22.06.2018, Start 18 Uhr

**Veranstalter:** Stiftung Lebenshilfe Nürnberger Land  
**Organisation:** Andreas Janker  
**Start und Ziel:** Marktplatz, Nürnberger Tor, 91207 Lauf a. d. Pegnitz  
**Strecke:** Ein meist asphaltierter Rundkurs von 5 KM (amtl. vermessen!), der zweimal zu durchlaufen ist.  
**Nachmeldungen:** Möglich bis eine Stunde vor Wettkampfbeginn.  
**Startgeld:** Das Startgeld beträgt 13,- €, Nachmeldegebühr 3,- €. Hartz 4 Empfänger und Asylbewerber sind vom Startgeld befreit. Bitte bei der Anmeldung mit angeben und bei der Startnummernausgabe einen entsprechenden Nachweis vorlegen! (Bitte beachten: Wer vom Startgeld befreit ist, erhält im Erfolgsfall keinen Altersklassenpreis)  
**Auszeichnung:** Pokale, Geldpreise, Urkunden. Die Gesamtplatzierten 1-3 bei den Frauen / Männer erhalten den Sparkassensonderpreis von jeweils 50,-/30,-/20,-Euro + Pokale - gestiftet von der Stadt Lauf.  
Die 3 schnellsten Frauen / Männer der Altersklassen erhalten für Platz 1. 15 Euro, Platz 2. eine Freikarte für den Nürnberger Tiergarten, Platz 3. 5 Euro Gutschein für den Arriba Express Pizzaservice in Lauf.  
**Teilnehmergeschenk:** Voranmelder erhalten ein hochwertiges Altstadtfestlauf-Handtuch. Nachmelder solange der Vorrat reicht.  
**Startunterlagen:** Ab 15 Uhr am Startpunkt, Nürnberger Tor, Sicherheitsnadeln bitte selbst mitbringen!  
**Verpflegung:** Wasser auf der Laufstrecke. Kuchen und Getränke im Zielbereich  
**Klasseneinteilung:** M JU18/JU20/20/30/35/40/45/50/55/60/65 und älter W JU18/JU20/20/30/35/40/45/50/55/60/65 und älter. Jüngere Teilnehmer/Innen werden der U18 zugeordnet. Teilnehmer/Innen unter 18 Jahren (bis max. Jahrgang 2006) bitten wir der Anmeldung eine Einverständniserklärung der Eltern anzufügen bzw. vor dem Start bei der Startnummernausgabe einzureichen.  
**Siegerehrung:** ab 20.15 Uhr am Podium unterer Markt für Platz 1-3 Gesamt, Männer und Frauen 10 km Lauf sowie Nordic Walking. Urkunden für alle stehen nach der Veranstaltung im Internet zum Ausdrucken bereit.  
**Duschkmöglichkeiten:** In der Bertleinschule, Martin-Luther-Straße 2  
**Parkmöglichkeiten:** Auf den offiziellen Parkplätzen rund um die Innenstadt.

**Schmerzen beim Laufen?**

Schmerzfrei trainieren mit der Sansomotorik-Einlage für Sportler.

www.footpower.de

Exklusiv bei:

**GERHARD DOBLER**  
Orthopädiertechnik - Rehatechnik - Sanitätshaus

Simonshofer Straße 17  
91207 Lauf an der Pegnitz  
Tel.: 0 91 23 - 98 70 98  
info@sh-dobler.de  
www.sh-dobler.de

www.stwl.lauf.de

**Natürlich...**

...nutzen wir für Sie, was die Natur uns schenkt. Sonne, Wind und Wasser – unser Okestrom.

natürlich lauf

regional kundennah fair

Städtische Werke Lauf a. d. Pegnitz

Gasversorgung Lauf a. d. Pegnitz • Stromversorgung Neunkirchen

**5 KM inklusives Nordic Walking für Menschen mit und ohne Behinderung**  
**Start:** 18:05 Uhr (im Anschluss an den Start des 10 KM Laufs). WICHTIG: Um den Walkern einen reibungslosen Start zu ermöglichen, wird ein gesonderter Startschuss erfolgen.  
**Strecke:** 1 Runde à 5 KM  
**Startgeld:** 7 Euro / Nachmeldegebühr 3 Euro  
**Auszeichnungen:** Die 3 schnellsten Frauen / Männer erhalten Gutscheine über 30,-/20,-/10,-€ für den Geschenke-Laden der Lebenshilfe Nürnberger Land in Lauf-Schönberg (Nessenmühlstraße 35). Urkunden für alle.  
**Teilnehmergeschenk:** Voranmelder erhalten ein hochwertiges Altstadtfestlauf-Handtuch. Nachmelder solange der Vorrat reicht.  
**Siegerehrung:** 20.15 Uhr am Podium unterer Markt für Platz 1-3 Gesamt, Männer und Frauen. Urkunden für alle stehen nach der Veranstaltung im Internet zum Ausdrucken bereit.  
Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Unfälle, Sachbeschädigung oder sonstige Schäden! Die Startnummern müssen unverändert auf der Brust getragen werden. Überholen im markierten Zieleinlaufbereich ist strengstens verboten und wird mit Disqualifikation geahndet!  
**Anmeldeschluss ist der 21.06.2018 um 16:00 Uhr** unter [www.lebenshilfe-nbg-land.de](http://www.lebenshilfe-nbg-land.de) bei gleichzeitiger Überweisung des Startgeldes an:  
**Stiftung Lebenshilfe Nürnberger Land**  
Altstadtfestlauf  
Nessenmühlstraße 35  
91207 Lauf

**Bankverbindung**  
Sparkasse Nürnberg  
IBAN DE14 7605 0101 0240 1501 51  
SWIFT-BIC SSKNDE77XXX  
Konto 240 150 151, BLZ 760 501 01

Kontakt:  
Lebenshilfe Nürnberger Land e. V., Andreas Janker,  
Telefon: 09123 / 97 50 30, E-Mail: [altstadtfestlauf@lh-nla.de](mailto:altstadtfestlauf@lh-nla.de)  
**Wir wünschen allen Teilnehmern einen fairen Wettkampf und viel Erfolg!**

Der Altstadtfestlauf ist in diesem Jahr Teil des CharityCycling Cup 2018, ein Zusammenschluss von über 20 Sportveranstaltungen im Landkreis mit gemeinsamer Wertungskarte. Bei mehr als 8 besuchten Veranstaltungen gibt es attraktive Preise. Die Einnahmen gehen in diesem Jahr an die Lebenshilfe Nürnberger Land e. V.

**CharityCycling Cup 2018**

WE CREATE HAPPY MOMENTS

Weitere Informationen unter:  
[www.charitycycling.org](http://www.charitycycling.org)

**Arriba Express**  
Pizzaservice seit 1997

09123 / 3433 saarstrasse 6  
09123 / 2355 91207 lauf

[www.pizza-lauf.de](http://www.pizza-lauf.de)  
[www.rriba.express](http://www.rriba.express)

facebook.com/arribaexpress  
instagram.com/rriba\_express

## FINISH LINE

Laufschuh- und Langlaufspezialist

Wilhelm-Spaeth-Str. 15, 90461 Nürnberg, [www.myfinishline.de](http://www.myfinishline.de), Tel. 0911-499312

**Glossner Bier**  
Der hochfeine Biengenuss

Wasser zum Leben

**NEUMARKTER MINERALBRUNNEN**

**FACKELMANN Schnäppchenmarkt**

Öffnungszeiten: **Mittwoch, 15<sup>00</sup> - 18<sup>00</sup> Uhr**  
**Freitag, 12<sup>00</sup> - 18<sup>00</sup> Uhr**  
**Samstag, 9<sup>00</sup> - 13<sup>00</sup> Uhr**

Viele Einzelschränke und **Badmöbel-Ensembles** zu Tiefpreisen!  
Immer erhältlich:  
Aktionssortimente & **Haushaltswaren**

91217 Hersbruck  
Nürnberger Straße 91  
Tel.: 09151-8144702  
[www.fackelmann.de](http://www.fackelmann.de)

Besuchen Sie auch die Schnäppchenmärkte

|  |   |  |
|--|---|--|
| <b>OBI Nürnberg,</b><br>Leyher Straße 123,<br>90431 Nürnberg | <b>OBI Fürth</b><br>Am Annaberg 3-5,<br>90766 Fürth | <b>Media Markt Erlangen</b><br>Frauenauracherstraße 108,<br>91056 Erlangen |
|--|---|--|

## RUNNERS POINT

Breite Gasse 76 - 90402 Nürnberg

Lebenshilfe Nürnberger Land e. V.  
Nessenmühlstraße 35  
91207 Lauf a. d. Pegnitz

Telefon 09123 9750 0  
Telefax 09123 9750 97

[kontakt@lh-nla.de](mailto:kontakt@lh-nla.de)  
[www.lebenshilfe-nbg-land.de](http://www.lebenshilfe-nbg-land.de)

Helfen Sie, spenden Sie, werden Sie Mitglied!

Sparkasse Nürnberg  
BLZ 760 501 01  
Konto 240 150 151  
IBAN DE14 7605 0101 0240 1501 51  
SWIFT-BIC SSKNDE77XXX

Soziale Netzwerke:  
facebook.com/lebenshilfenbgland  
twitter.com/lebenshilfe4u

