



Prävention • Qualität • Innovation



„Deutschland bewegt sich!“  
Städtetour 2012 in:

- 06.01. Oberjoch
- 06. – 10.03. Hannover – CeBIT Sports & Prevention
- 11. – 13.05. Europa-Park
- 27. – 28.05. Detmold – Nordrhein-Westfalen-Tag
- 01. – 02.06. Düren
- 16. – 17.06. Zwickau
- 22. – 23.06. Lüdenscheid
- 29. – 30.06. Oldenburg
- 21. – 22.09. Weiden
- 02. – 03.10. München – Tag der Deutschen Einheit

(Stand Januar 2012, Änderungen vorbehalten)

Nach dem Eventwochenende vor Ort:  
mitmachen, ausprobieren, teilnehmen.

„Deutschland bewegt sich!“ Aktionswochen

Weitere Infos unter:  
[www.barmer-gek.de](http://www.barmer-gek.de)



## 10. Ummel-Lauf

SV Eintracht Hepstedt/Breddorf e.V.



Sonntag,  
20. Mai 2012  
ab 9.30 Uhr



## 10. Ummel-Lauf

SV Hepstedt/Breddorf  
Hermann Knülle  
Grenzweg 1  
27729 Holste-Oldendorf



Deutsche Post  
ANTWORT

Bitte  
ausreichend  
frankieren!



## 10. Ummel-Lauf

Waldlauf und Walking:  
Sonntag, 20. Mai 2012

Liebe Lauf- und Walkingfreunde/innen,  
der SV Hepstedt/Breddorf wird auch in 2012  
wieder einen Volkslauf anbieten.

Wir laden Euch herzlich ein und würden uns über  
zahlreichen Besuch sehr freuen. Ihr könnt sicher  
sein, eine einmalig schöne Waldstrecke kennenzu-  
lernen und eine Organisation, die von Kompetenz  
und von Familiensinn geprägt ist.

Rainer Schröder  
(Spartenleiter)

**Veranstalter:** LAUF-TREFF,  
SV Eintracht Hepstedt/Breddorf e.V.

**Ort:** 27412 Hepstedt, Sportplatz,  
Am Vierenberg. Hepstedt liegt zwischen  
Worpswede und Zeven.  
In Hepstedt der Beschilderung  
„Volkslauf“ folgen.

**Wegbeschreibung:** Über Lilienthal, Grasberg, Tarmstedt  
oder Oyten, Fischerhude, Wilstedt,  
Tarmstedt nach Hepstedt, dann  
Beschilderung „Volkslauf“.

**Startgebühr:** Jugend, Erwachsene € 6,00  
(ab 16 Jahre)  
Kinder, Schüler € 2,00  
(bis 16 Jahre)

**Konto:** Zevener Volksbank  
BLZ: 24161594  
Konto: 5250 864 102

**Auszeichnung:** Platz 1-3 jeder AK erhalten eine Urkunde.  
Alle Bambinis und Schüler erhalten eine  
Urkunde.

**Meldungen:** Hermann Knülle, Grenzweg 1  
27729 Holste-Oldendorf  
Telefon: 04748 821610,  
Fax: 04748 821620  
e-mail: knuelle@bear-family.de  
Onlinemeldung: [www.ummel.de](http://www.ummel.de)

**Meldeschluss:** Donnerstag, 17. Mai 2012  
**ACHTUNG!!!**  
Nur bezahlte Meldungen sind gültig,  
andernfalls muss Nachmeldegebühr  
bezahlt werden!

**Nachmeldungen:** Bis eine Stunde vor dem Start gegen  
eine Gebühr von € 2,00.

**ZEITPLAN:**

|                  |                             |                   |
|------------------|-----------------------------|-------------------|
| <b>09:30 Uhr</b> | <b>Walking alle Klassen</b> | <b>5 u. 10 km</b> |
| 09:40 Uhr        | Lauf Bambini 2 Runden       | 0,6 km            |
| 09:50 Uhr        | Lauf Schüler                | 2,6 km            |
| 10:20 Uhr        | Lauf alle Klassen           | 5 km              |
| 10:30 Uhr        | Lauf alle Klassen           | 10 km             |

**Strecke:** Befestigte Waldwege

**Duschen:** Im Vereinsheim möglich

**Ergebnislisten:** unter [www.ummel.de](http://www.ummel.de)

**Bewirtung:** Nach Abgabe der Start-Nr. erhaltet Ihr  
kostenlos einen Kaffee und ein Stück  
Kuchen. Darüber hinaus bieten wir  
weiteren Kaffee und Kuchen, Grillwurst  
und Kaltgetränke zu zivilen Preisen an.

**Haftung:** Der Veranstalter übernimmt keinerlei  
Haftung



## Anmeldung zum 10. Ummel-Lauf

|         |  |  |  |  |  |  |  |  |                 |
|---------|--|--|--|--|--|--|--|--|-----------------|
| Telefon |  |  |  |  |  |  |  |  |                 |
| Fax     |  |  |  |  |  |  |  |  |                 |
| E-Mail  |  |  |  |  |  |  |  |  |                 |
|         |  |  |  |  |  |  |  |  | Laufstrecke:    |
|         |  |  |  |  |  |  |  |  | 2,6 km          |
|         |  |  |  |  |  |  |  |  | 5 km            |
|         |  |  |  |  |  |  |  |  | 10 km           |
|         |  |  |  |  |  |  |  |  | Walkingstrecke: |
|         |  |  |  |  |  |  |  |  | 5 km            |
|         |  |  |  |  |  |  |  |  | 10 km           |

Familienname, Vorname

Straße, Haus-Nr.

Postleitzahl

Ort

männlich/weiblich

Jahrgang

Verein/Gruppe

Ort/Datum

Unterschrift