

Nordrhein Meisterschaften 2025

5km Straßenlauf

AUSTRAGUNGSTERMIN

Sonntag, 2. November 2025

ÖRTLICHER AUSRICHTER

TV Refrath e.V.

AUSTRAGUNGSSTÄTTE

Im Königsforst, Start und Ziel direkt an der Schutzhütte „Am dicken Stock“

(Nähe Rather Weg / Lützerathstraße zwischen Bergisch Gladbach-Refrath und Köln-Brück)

MELDUNGEN/MELDESCHLUSS

Online-Meldungen: Bis Sonntag, 26.10.2025 nur online über <https://cologne-timing.de>

Organisationsbeiträge: Jugend: 16,50€

Erwachsene: 21,50 €

Nachmeldung: Online bis 02.11.2025 möglich. Nachmeldegebühr 10,00€ zusätzlich.

Die Organisationsgebühr wird mit der Abgabe der Meldung fällig.

Online-Meldungen sind bis zum Veranstaltungstag möglich. Keine Nachmeldung für Barzahler.

TEILNAHMEBERECHTIGUNG

Athleten des Jahrgangs 2011 und jünger sind nicht startberechtigt.

MEISTERSCHAFTSWETTBEWERBE

5km Straßenlauf	Männliche Jugend U18 und U20, Männer, Senioren M30 – M90
	Weibliche Jugend U18 und U20, Frauen, Seniorinnen W30 – W90

WETTKAMPFUNTERLAGEN

Ausgabe im ASB-Zelt direkt am Start und Ziel.

ZEITPLAN

Gemeinsamer Start 5km um 10:00 Uhr.

WERTUNGEN

Es erfolgen **Einzelwertungen** in folgenden Klassen:

- MJ U18, MJ U20, Männer,
- Senioren M30, M35, M40, M45, M50, M55, M60, M65, M70, M75, M80, M85, M90
- WJ U18, WJ U20, Frauen,
- Seniorinnen W30, W35, W40, W45, W50, W55, W60, W65, W70, W75, W80, W85, W90

Bei den **Mannschaftswertungen** wird wie folgt verfahren:

Je drei Läufer eines Vereins oder einer LG werden innerhalb der gemeldeten Wettkampfklasse **in der Reihenfolge des Zieleinlaufs durch Addition der Nettozeiten** als Mannschaft gewertet.

Es erfolgt eine Mannschaftswertung in folgenden Klassen:

- MJ U18, MJ U20, Männer (**Durchlaufwertung MJ U18-M90**), Senioren M30/35/40, M45/50/55, M60 bis M90
- WJ U18, WJ U20, Frauen (**Durchlaufwertung WJ U18-W90**), Seniorinnen W30/35/40, W45/50/55, W60 bis W90

STRECKENBESCHREIBUNG

Der Start für alle Läufe erfolgt in der Nähe **“Waldparkplatz Kinderdorf Bethanien”** am Rather Weg. Die schnellen Strecken führen durch den windgeschützten Königsforst. Beide Läufe werden als Wendepunktstrecke markiert und kilometriert. Das Streckenprofil ist leicht wellig. Höhendifferenz: Beim 5 km Lauf etwa 6 hm und beim 10 km Lauf etwa 20 hm.

SIEGEREHRUNGEN

Die Siegerehrungen finden für die ersten 3 nach Beendigung des Laufes statt.

UMKLEIDERÄUME

Umkleiden befinden im ASB-Zelt vor Ort. Duschen können keine angeboten werden.

PARKHINWEISE

- Wanderparkplatz „Wildgehege“

ANMERKUNGEN

Für diese Veranstaltung gelten neben dieser Ausschreibung die Allgemeinen Ausschreibungsbestimmungen 2025.