

Nordrhein Meisterschaften 2026

10km Straßenlauf

AUSTRAGUNGSTERMIN

Samstag, 21. November 2026

ÖRTLICHER AUSRICHTER

Tusem Essen-Magarethenhöhe e.V.

AUSTRAGUNGSSTÄTTE

Baldeneysee, Hardenbergufer

MELDUNGEN/MELDESCHLUSS

Online-Meldungen: Bis Sonntag, 15.11.2026 nur online über <https://cologne-timing.de>

Organisationsbeiträge: Jugend: 16,50€
Erwachsene: 21,50 €

Nachmeldung: wird nachgereicht

Die Organisationsgebühr wird mit der Abgabe der Meldung fällig.

TEILNAHMEBERECHTIGUNG

Athleten des Jahrgangs 2012 und jünger sind nicht startberechtigt.

MEISTERSCHAFTSWETTBEWERBE

10km Straßenlauf	Männliche Jugend U18 und U20, Männer, M30 – M90
	Weibliche Jugend U18 und U20, Frauen, W30 – W90

WETTKAMPFUNTERLAGEN

In der **Sporthalle Kupferdreh**, Prinz-Friedrich-Str. 2, 45257 Essen. Das Wettkampfbüro ist **ab 11:00 Uhr** geöffnet.

ZEITPLAN

Gemeinsamer Start 10km um 12:30 Uhr.

WERTUNGEN

Es erfolgen **Einzelwertungen** in folgenden Klassen:

- MJ U18, MJ U20, Männer,
- M30, M35, M40, M45, M50, M55, M60, M65, M70, M75, M80, M85, M90
- WJ U18, WJ U20, Frauen,
- 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), M30/35/40, M45/50/55, M60 bis M90
- WJ U18, WJ U20, Frauen (Durchlaufwertung WJ U18-W90), W30/35/40, W45/50/55, W60 bis W90

STRECKENBESCHREIBUNG

Bestenlistenfähige Pendelstrecke (5 km) am Südufer des Baldeneysees. Die Strecke ist völlig flach, vollständig asphaltiert und zu 100% verkehrsfrei. Jeder Kilometer ist gekennzeichnet. Start und Ziel befinden an der ehemaligen Eisenbahnbrücke über den Baldeneysee direkt am Anfang des Hardenbergufers.

SIEGEREHRUNGEN

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

In der MJ U18, MJ U20, WJ U18 und WJ U20 werden die ersten Acht geehrt.

UMKLEIDERÄUME

In der Sporthalle Essen-Kupferdreh

PARKHINWEISE

Die Parkmöglichkeiten im Bereich der Sporthalle Kupferdreh sind begrenzt! **Wir empfehlen daher, wenn möglich mit Bus oder Bahn anzureisen.** Es gibt einige Parkplätze direkt an der Sporthalle sowie im Bereich der Prinz-Friedrich-Straße. Diese ist über die Straße Phönixhütte zu erreichen. Weitere Parkplätze befinden sich am Kupferdreher Markt unter der Aufständering A44. Etwas weiter vom Start entfernt befinden sich der Parkplatz Schwermannstrasse am Krankenhaus Essen Kupferdreh und der an der Kupferdreher Straße gegenüber Haus 186 (Google Maps „Felderhoff Parkplatz“). Von dort beträgt die Gehzeit zur Sporthalle Kupferdreh jeweils rund 10 Minuten.

ANMERKUNGEN

Für diese Veranstaltung gelten neben dieser Ausschreibung die [Allgemeinen Ausschreibungsbestimmungen 2026](#).