Schwäbisch Gmünd

GMÜNDER TAGESPOST

Samstag 26.10.2019



/// Sparkassen-Lauf 50 km
mit ECU-Wertung
/// Gmünder Tagespost Rechberg-Lauf 25 km
/// Reich-Jaiser Stafettenlauf 50 km
/// Umicore-Lauf 10 km
/// Intersport Schoell 10 km Stafette
/// DJK Jugendlauf 1,7 km
mit Bambini- und Schülerläufen

djk

Die DJK Ausdauersportler organisieren den:

29. SPARKASSEN ALB MARATHON

Schwäbisch Gmünd www.albmarathon.de

AOK Die Gesundheitskasse.
Kreissparkasse Ostalb
umicore
INTERSPORT SCHOELL SPORTHÄUSER
E.F. jaiser blechbearbeitung
reich taste the quality
erima

INFOS

www.albmarathon.de

ORT Start bei allen Läufen in der Bocksgasse zwischen Prediger und Johanniskirche Richtung Marktplatz.
Das Wettkampfzentrum befindet sich im Prediger beim Johannisplatz in Schwäbisch Gmünd.
Alle Infos und Streckenpläne unter **www.albmarathon.de**

AUSDAUERSPORT-SYMPOSIUM Freitag 18 Uhr
Prediger Refektorium

ANMELDUNG **Onlineanmeldung unter www.albmarathon.de oder direkt bei www.abavent.de erwünscht.** Für postalische Anmeldung (bis 30.09.2019) kann das Formular dort auch heruntergeladen oder schriftlich angefordert werden bei: Sparkassen Alb Marathon, Schweriner Str. 14, 73529 Schwäbisch Gmünd. Nachmeldungen sind am Freitag und Samstag im Prediger möglich. Mit der Anmeldung willigen die Teilnehmer in die im Anmeldevordruck enthaltenen Bedingungen ein.

NACHMELDUNG Nachmeldungen und Startnummernausgabe im Prediger

für alle Läufe	Freitag	17 Uhr – 20 Uhr
25 km/50 Km mit Stafetten	Samstag	7 Uhr – 9 Uhr
1,7 km/10 km	Samstag	7 Uhr – 10.45 Uhr

Die vorläufigen Ergebnislisten sind einen Tag nach der Veranstaltung unter **www.albmarathon.de** abrufbar.

STARTZEITEN SAMSTAG BOCKSGASSE/ JOHANNISPLATZ

25 km / 50 km Genussläufer	**9 Uhr**
25 km / 50 km (mit Stafettenlauf)	**10 Uhr**
Jahrgangläufe Bambini+Grundschüler	**ab 10.15 Uhr**
10 km Umicore-Lauf (mit Intersport Schoell Stafetten)	**11.45 Uhr**
1,7 km Jugendlauf	**11.50 Uhr**

EHRUNGEN SAMSTAG

Ehrungen Prediger Erdgeschoss

Intersport Schoell Stafetten 10 km	14.30 Uhr
Reich-Jaiser Stafettenlauf 50 km	15.40 Uhr

Ehrungen Prediger Refektorium

1,7 km Jugendlauf	12.30 Uhr
10 km Umicore-Lauf	14.00 Uhr
25 km Gmünder Tagespost Rechberg-Lauf	15.00 Uhr
Europacup Ultramarathon Serie 2019	16.30 Uhr
50 km Sparkassen-Lauf	17.00 Uhr

ZEITERFASSUNG Die Laufzeiten werden mit einem RFID-Transponder in der Startnummer erfasst. Links zu den Ergebnissen und zum Urkundenausdruck unter www.albmarathon.de oder direkt bei www.abavent.de.

ORGANISATIONS-LEITUNG KONTAKT Erich Wenzel
albmarathon@einhornverlag.de
07171/9278021

SCHIRMHERR Oberbürgermeister Richard Arnold

VERANSTALTER DJK Sportgemeinschaft Schwäbisch Gmünd
in Zusammenarbeit mit
TSGV Waldstetten
TV Wißgoldingen
TSGV Rechberg
TV Straßdorf
TSV Wäschenbeuren
Deutsches Rotes Kreuz
Technisches Hilfswerk
Stadt Schwäbisch Gmünd
Gemeinde Waldstetten
Gemeinde Wäschenbeuren
Filmclub Gamundia

WISSENSWERT

www.albmarathon.de

GEPÄCKABGABE Samstag ab 8.30 Uhr im Zelt vor dem Prediger

Wechselbekleidung für den Rechberg
Ab 8:45 Uhr Abgabe Wechselbekleidung für Hohenrechberg am Kleinbus gegenüber dem Predigereingang (bis 9.50 Uhr). Der Busrücktransport von Rechberg hält bei den Duschräumen der Großsporthalle, daher ggf. Duschsachen zur Wechselbekleidung geben.

VERPFLEGUNGS-STELLEN An allen Verpflegungsstellen wird Wasser und Tee angeboten.
Ab km 11,6 Bananen, Müsliriegel und Weißbrot. Ab km 16 Isoton Energiedrink von Aktiv3, Haferflockentrank und Müsliriegel.
Ab km 25 Ausdauerriegel von Aktiv3 und Salzbrezeln.
Bei km 32/36/39 Bouillon. Bei km 39/43/48 Cola.
Am Ziel Johannisplatz Heubacher Alkoholfrei.

HEUBACHER

Wettkampverpflegung siehe: www.laufen.de
www.deinkraeuterhaus.de/de/aktiv3

EIGENVERPFLEGUNG kann bereitgestellt werden (Abgabe Nähe Infostand im Wettkampfzentrum Prediger am Samstag von 7.30 bis 9 Uhr).

Bewirtung am Samstag
Im Zelt beim Start/Ziel: Johannisplatz

UMKLEIDEN / DUSCHEN kann man in der Großsporthalle (Zugang von Mörikestraße). Von 7 bis 19 Uhr geöffnet. Keine Wertsachen in Umkleideräumen lassen! Bustransfer vom Wettkampfzentrum Johannisplatz zur Großsporthalle ist eingerichtet (Plan hängt aus).

MASSAGESERVICE nach Rückkehr vom 25-km-Gmünder-Tagespost-Rechberg-Lauf und 50-km-Sparkassen-Lauf im Foyer der Großsporthalle (Zugang vom Haupteingang Jahnstraße).

ÜBERNACHTUNGS-MÖGLICHKEITEN Zu erfragen beim i-Punkt, Marktplatz 37/1, 73525 Schwäb. Gmünd, Telefon 07171/603-4250, Telefax 07171/4299, E-Mail: tourist-info@schwaebisch-gmuend.de

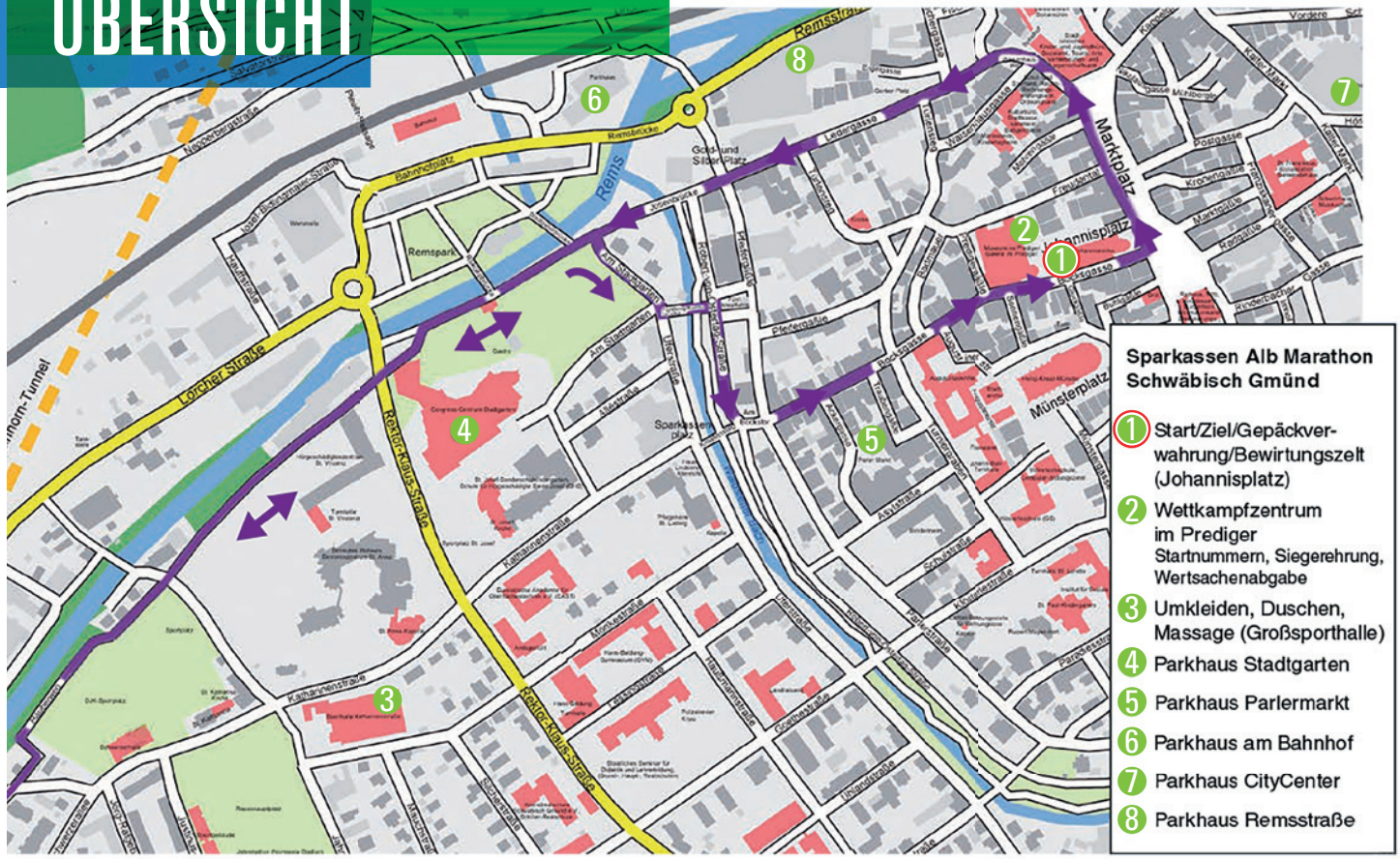
FUNKTIONSSHIRTS UND DVD BESTELLUNG Sonderbestellung von Funktionsshirts bei Online-Anmeldung möglich (mit Aufdruck 29. Sparkassen Alb Marathon Schwäbisch Gmünd 2019 und Logo zu einem Preis von 19,90 €). Ausgabe bei Intersport Schoell. Ein professionell gemachter Film des Filmclubs Gamundia kann als DVD mit der Voranmeldung bestellt werden (Preis: 10 €). Die Bestellung von Fotos ist unter www.fototeam-mueller.de möglich.

WEITERE VERANSTALTUNGEN Gmünder Stadtlauf im März 2020
www.gmuender-stadtlauf.de

REGELN Die Einhaltung der IAAF/DLV-Regeln wie Erkennbarkeit der Startnummer (Brust/Bauch), Verbot der Annahme von Verpflegung außerhalb der Verpflegungszonen (50 m vor und nach Verpflegungsstand), Verbot unerlaubter Unterstützung (z.B. Radbegleitung) ist verpflichtend. Es wird auf der Strecke kontrolliert. Disqualifikationen sind entsprechend den Regelungen des DLV möglich.
Die Regelungen der Straßenverkehrsordnung sind einzuhalten. Dies gilt insbesondere bei der Querung öffentlicher Straßen ohne polizeiliche Verkehrsregelung und Benutzung des Gehweges, wenn hier die Laufstrecke markiert ist.

bühr's
marktplatz 13, 73525 schwäbisch gmünd, tel. 07171.69693
hauptstr. 65, 73540 heubach, tel. 07173.6065
backgenuss & kaffeekultur

ÜBERSICHT


Sparkassen Alb Marathon
Schwäbisch Gmünd
1 Start/Ziel/Gepäckverwahrung/Bewirtungszelt (Johannisplatz)
2 Wettkampfzentrum im Prediger
Startnummern, Siegerehrung, Wertsachenabgabe
3 Umkleiden, Duschen, Massage (Großsporthalle)
4 Parkhaus Stadtgarten
5 Parkhaus Parlermarkt
6 Parkhaus am Bahnhof
7 Parkhaus CityCenter
8 Parkhaus Remsstraße
Remsstraße
Remsbrücke
Bahnhofplatz
Rems
Remspark
Lorcher Straße
Rektor-Klaus-Straße
Johannisplatz
Marktplatz
Münsterplatz
Ledergasse
Schmiedgasse
Pfarrgasse
Rinderbacher Straße
Sparkassen Platz
Am Stadtgarten
Katharinenstraße
Mühlstraße
Schulstraße
Asylstraße
Postgasse
Gold- und Silberplatz
Nepperbergstraße
Tunnel



STARTGELDER

Erwachsene	Vor-anmeldung bis 30.6.19	Vor-anmeldung bis 17.10.19	Nach-meldung
50-km-Lauf mit Medaille (auch Vorausstart Genussläufer)	39 €	44 €	48 €
25 km mit Busrücktransport + Medaille (auch Vorausstart Genussläufer)	26 €	31 €	35 €
10-km-Lauf + Medaille	13 €	15 €	17€
Seniorenstafette 10 km	15 €	17 €	19 €
Stafettenlauf 50 km (Betriebsmannschaften)	90 €	100 €	105 €

STARTGELDER

Jugendliche (unter 18 Jahren)	Vor-anmeldung bis 30.6.19	Vor-anmeldung bis 17.10.19	Nach-meldung
10-km-Lauf + Medaille	9 €	11 €	13 €
Jugenstafette 10 km	11 €	14 €	16 €
1,7-km-DJK-Jugendlauf	6 €	7 €	8 €

Vereinigte Gmünder
Wohnungsbaugesellschaft mbH
info@vgw.de ▪ www.vgw.de

V . G . W

IHR GEBT
EUER BESTES!
WIR GEBEN
UNSER BESTES!



WIR VERMIETEN WOHN- UND GEWERBE-IMMOBILIEN!

WIR SIND DER DIENSTLEISTER FÜR IHRE IMMOBILIE!

WIR BAUEN UND VERKAUFEN IMMOBILIEN!

Ihr Code zu allen Bauvorhaben

Geschäfts-führer Celestino Piazza





Viel Erfolg beim
Alb Marathon

Parlerapotheke · Pfauenapotheke · Remsapotheke
Dreifach stark in Schwäbisch Gmünd

Parlerapotheke Traubengässle 8, Tel. 07171 39414 · **Pfauenapotheke** Kornhausstr. 3, Tel. 07171 2329
Remsapotheke Kappelgasse 11, Tel. 07171 66501

SPARKASSEN-LAUF 1100 hm 50 km

Wertungslauf beim Europacup Ultramarathon

START 10.00 UHR

Rundkurs über die drei Kaiserberge Hohenstaufen, Rechberg und Stuifen mit Start und Ziel am historischen Johannisplatz in Schwäbisch Gmünd.
Streckenplan unter **www.albmarathon.de**.
Für Genussläufer/innen, die 7:30 h oder mehr benötigen, bieten wir einen Vorausstart um 9 Uhr an. Die Teilnehmer laufen zusammen in einer Gruppe, bis der Erste des Hauptlaufs überholt. Sie werden in einer separaten Zieleinlaufliste geführt, erhalten eine Medaille und Urkunde, es erfolgt aber keine Wertung im Hauptlauf.

ALLGEMEINES

Alle Finisher erhalten beim Zieleinlauf eine Medaille.
50-km-Läufer/innen, die auf die 25-km-Wertung umsteigen wollen, müssen ins Ziel 25 km auf dem Hohenrechberg einlaufen. Es besteht eine Rückfahrmöglichkeit mit dem Bus ab Bezirksamt Rechberg (vom Ziel ca. 700 m bergab). Abfahrtszeiten siehe Aushang. Der Bus hält in der Nähe der Großsporthalle (Mörikestraße), wo sich auch die Umkleide- und Duschmöglichkeiten befinden.

SIEGEREHRUNG IM PREDIGER

17 Uhr (Plätze 1 bis 5 gesamt und Altersklassen bis m/w 45) und 17.30 Uhr (Mannschaften und weitere Altersklassen).

SCHLUSSZEITEN

50 km mit Disqualifizierung bei Zeitüberschreitung
12.25 Uhr km 17 Verpflegungsstelle vor Anstieg Hohenstaufen*
13.40 Uhr km 25 Verpflegungsstelle Hohenrechberg
14.48 Uhr km 32 Verpflegungsstelle vor Beginn Wendepunktstrecke vom Schwarzhorn*
17.30 Uhr Ziel Bocksgasse/Johannisplatz
* Rücktransport aufgebende Läufer/innen mit PKW

PREISE

Plätze 1 bis 5 Geldpreise (550 | 300 | 200 | 150 | 100 Euro) zuzüglich Prämien für Zeiten unter 3:20 Herren und 4:00 Damen sowie neue Streckenrekorde. Ehrenpreise für die Plätze 1 bis 3 der Altersklassen (Jun., m/w 23 bis 29, m/w 30 und älter in 5er-Abstufung). Mannschaftswertung für w und m getrennt, die drei Schnellsten des gleichen Vereins werden gewertet.





STAFETTENLAUF 1100 hm 50 km

Reich-Jaiser Stafettenlauf für Betriebs- und Freizeitmannschaften

START 10.00 UHR Start und Ziel am historischen Johannisplatz in Schwäbisch Gmünd.
Streckenplan unter **www.albmarathon.de**

ALLGEMEINES Nur für Betriebs- und Freizeitmannschaften (nicht Leichtathletikvereine) mit bis zu zehn Läufer/innen. Die Wechselstellen sind frei wählbar, der Transport zu den Wechselstellen muss von den Mannschaften selbst organisiert werden. Bitte beachten, dass verschiedene Straßen wegen des Laufs voll gesperrt sind. Beim Wechsel wird die Startnummer mit RFID-Transponder auf der Rückseite, die an einem Startnummernband befestigt ist, dem oder der nächsten Läufer/in übergeben. Die Stafettenläufer/innen tragen an ihrem Startnummernband an Brust und Rücken ihre Startnummer zur Unterscheidung von den Einzelläufern. Innerhalb der Stafetten können auch Walker und Nordic Walker eingesetzt werden. Beim Zieleinlauf erhält der Schlussläufer eine Medaille. Wird auch für die anderen Stafettenläufer/innen eine Medaille gewünscht (Kosten 4€), können diese bei der Voranmeldung bis 30.09.19 bestellt werden und nach dem Lauf am Infostand im Prediger abgeholt werden.

SCHLUSSZEITEN siehe 50-km-Sparkassen-Lauf

PREISE Alle Mannschaften, die ins Ziel kommen, erhalten um 15.40 Uhr im Wettkampfzentrum Prediger einen Pokal. Mannschaften, die den Ehrungstermin verpassen, können den Erinnerungspreis am Infostand im Prediger abholen.

E.F. JAISER Blechbearbeitung ist ein etabliertes Familienunternehmen im Bereich Blechbearbeitung und Apparatebau. Mit modernsten Maschinen fertigen wir hochwertige Blechteile und Schweißbaugruppen aus Edelstahl für führende Anlagenbauer der Lebensmittelbranche.





Viel Erfolg beim Albmarathon

E.F. jaiser blechbearbeitung

E.F. Jaiser Blechbearbeitung I Kappelweg 16 I 73579 Schechingen
Tel: 07175 921 969 0 I info@bestinblech.com
www.jaiser-blechbearbeitung.com



VIEL ERFOLG WÜNSCHT
die **REICH Thermoprozesstechnik GmbH**, ein mittelständisches, international ausgerichtetes Unternehmen. Wir planen, entwickeln und fertigen hochwertige Anlagen aus Edelstahl zur Veredelung von Lebensmitteln.



REICH Thermoprozesstechnik GmbH
Kappelweg 20 I 73579 Schechingen,
Tel. 07175 99790 0 I info@reich-germany.de
www.reich-germany.de

reich
taste the quality





RECHBERG-LAUF

740 hm
25 km

Gmünder Tagespost Rechberg-Lauf

START
10.00 UHR

Die Strecke entspricht der 50-km-Strecke bis zum Ziel auf dem Hohenrechberg. Start am historischen Johannisplatz in Schwäbisch Gmünd.
Streckenplan unter **www.albmarathon.de**

Genussläufer/innen, die 3:40 h oder mehr benötigen, bieten wir einen Vorausstart um 9 Uhr an. Die Teilnehmer/innen laufen zusammen in einer Gruppe bis der Erste des Hauptlaufs überholt. Sie werden in einer separaten Zieleinlaufliste geführt, erhalten eine Medaille und Urkunde, es erfolgt aber keine Wertung im Hauptlauf.

ALLGEMEINES

Es besteht eine Rückfahrmöglichkeit mit dem Bus ab Bezirksamt Rechberg (vom Ziel ca. 700 m bergab). Abfahrtszeiten siehe Aushang. Der Bus hält in der Nähe der Großsporthalle (Mörikestraße), wo sich auch die Umkleide- und Duschmöglichkeiten befinden. Alle Finisher/innen erhalten beim Zieleinlauf eine Medaille.

SCHLUSSZEITEN

Schlusszeiten 25 km mit Disqualifizierung bei Zeitüberschreitung
12.25 Uhr km 17 Verpflegungsstelle vor Anstieg Hohenstaufen
Rücktransport aufgebende Läufer/innen mit PKW
13.40 Uhr Ziel Hohenrechberg

SIEGEREHRUNG IM PREDIGER

15 Uhr Pokale der Gmünder Tagespost und Geldpreise bzw. Gutscheine bis Platz 3 (250 | 150 | 100 €). Medaillen für die Plätze 1 bis 3 der Altersklassen (ab U20). Es gibt keine Mannschaftswertung.

GMÜNDER TAGESPOST

UMICORE-LAUF 70 hm 10 km

mit Jugend- und Seniorenstafette

START 11.45 UHR Start und Ziel am historischen Johannisplatz in Schwäbisch Gmünd.
Streckenplan unter **www.albmarathon.de**

ALLGEMEINES Die Strecke führt, wie die 25- und 50-km-Strecken, über den Hauberweg zum Hölltal. Nach einer 3-km-Schleife im Hölltal geht es zurück zum Ziel am Johannisplatz. Bei einer Maximalzeit von 1:45 Stunden (Zielschluss 13.30 Uhr) ist auch Walking oder Nordic Walking möglich. Alle Finisher erhalten beim Zieleinlauf eine Medaille.

SIEGEREHRUNG IM PREDIGER 14 Uhr mit Pokalen der Umicore Galvanotechnik GmbH und Geldpreisen bzw. Gutscheinen bis Platz 3 (140 | 70 | 50 €). Medaillen für die Plätze 1 bis 3 der Altersklassen (ab U18). Der Wanderpokal der Umicore Galvanotechnik GmbH für die größte Startergruppe wird danach übergeben.



STAFETTENLAUF 70 hm 10 km

Intersport Schoell Jugend- und Senioren-Stafettenlauf

START 11.45 UHR Start und Ziel am historischen Johannisplatz in Schwäbisch Gmünd.
Streckenplan unter **www.albmarathon.de**

ALLGEMEINES Stafetten für zwei bis drei Läufer/innen.
Jugend: Jahrgang 1996 + jünger
Senioren: Jahrgang 1958 + älter
Wechselzone ist beim Anfang bzw. Ende der 3-km-Wendeschleife Hölltal (siehe Streckenplan auf www.albmarathon.de). Die Wertung und Siegerehrung erfolgt getrennt für Damen, Herren und Mixed (mindestens 1 Dame und 1 Herr). Die Stafettenläufer tragen an ihrem Startnummernband an Brust und Rücken ihre Startnummer zur Unterscheidung von den Einzelläufern.

SIEGEREHRUNG IM PREDIGER 14.30 Uhr Ehrung der Stafetten Plätze 1 bis 3 mit einem Ehrenpreis (m/w und Mixed)

INTERSPORT® SCHOELL
SPORTHÄUSER



DJK JUGENDLAUF 70 hm 1,7 km

Gmünder Jugendmeisterschaft

START 11.50 UHR Start und Ziel am historischen Johannisplatz in Schwäbisch Gmünd.
Streckenplan unter **www.albmarathon.de**

ALLGEMEINES Drei Runden mit insgesamt rund 1700 m.
Nur für Schüler/innen und Jugend U 12/14/16/18 (Jg. 2009 bis 2002).

SIEGEREHRUNG um 12.30 Uhr
IM PREDIGER Alle Finisher erhalten beim Zieleinlauf eine Medaille.
Es gibt einen Pokal für die schnellste Jugendliche und den schnellsten Jugendlichen als Gmünder Jugendmeister/in sowie eine Medaille für die drei Ersten der Klassen.



BAMBINILAUF 350 m – 1050 m

Sparkassen/AOK Bambini- und Schülerläufe

START ab 10.15 UHR Start und Ziel am historischen Johannisplatz in Schwäbisch Gmünd.
Streckenplan unter **www.albmarathon.de**

ALLGEMEINES Es werden auf einer 350-m-Runde (Bocksgasse und Marktplatz), je nach Jahrgang, 1 bis 3 Runden gelaufen. Start ab 10.15 Uhr Johannisplatz/Bocksgasse. Anmeldung und Ausgabe der Startnummern bis 20 Minuten vor dem jeweiligen Start am Stand der Kreissparkasse Ostalb/AOK neben dem Start.
Zur Anmeldung muss dort eine Karte mit Namen und Anschrift wegen der Verlosung von Preisen ausgefüllt werden.
Startzeiten ab 10.15 bis 11.05 Uhr im 10-Minuten-Abstand, getrennt nach Jahrgängen (bis 2010). Keine Zeitnahme.

PREISE Alle Teilnehmer erhalten eine Medaille und ein Gebäck vom Bistro-Café Bühr's.
11.15 Uhr Verlosung von Preisen unter allen Teilnehmern und allen teilnehmenden Schulen, Vereinen und Kindergärten.





www.ostalb-laufcup.de

Ostalb-Laufcup 2019

24. Virngrund-Waldlauf: Samstag, 9. März, 10 km
11. Kapfenburg-Panoramalauf: Samstag, 13. April, 10 km
11. Ipf-Ries-Halbmarathon: Samstag, 4. Mai, 21,1 km
8. Essinger Panoramaläufe: Samstag, 25. Mai, 10 oder 21,1 km
16. Hüttlinger Muffigellauf: Samstag, 22. Juni , 10 km
15. Lauterner Landschaftsläufe: Sonntag, 8. September, 12,6 km oder 23,5 km
29. Sparkassen Alb Marathon: Samstag, 26. Oktober, 10 km, 25 km oder 50 km

www.gmuender-stadtlauf.de

Gmünder Stadtlauf

mit Strecken über 21,1 km, 10 km und 2,5 km Schülerlauf im März

www.tv-wissgoldingen.de

Stuifenläufe Wissgoldingen

Samstag, 29. Juni, 11 km Berglauf, 9 km Nordic Walking, Stuifenrunde, Schülerläufe u.a.

www.europacup-ultramarathon.eu

Europacup Ultramarathon 2019 (ECU)

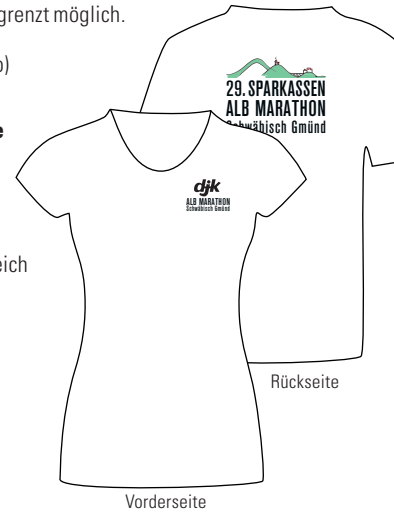
52 km – Trail du Petit Ballon (F)
17. März (HD + 2300 m)
48 km – Ultratrail Bizau
4. Mai (HD + 2900 m)
105 km oder 60 km – Grand Trail Des Lacs et Châteaux (GTLC– B)
11./12. Mai (HD + 2800/1620 m)
100 km – Passatore Firenze-Faenza (I)
25./26. Mai
45 km – Schlern Rosengarten Skymarathon (I)
13. Juli (HD + 2980 m)
56 km – Monschau (D)
11. August (HD + 950 m)
75 km – Marathon Celje (SLO)
1. September
50 km – Sparkassen Alb Marathon
Schwäb. Gmünd (D), 26. Oktober (HD + 1100 m)
Drei erfolgreiche Läufe reichen für die Endwertung. Siegerehrung Plätze 1 bis 3 Damen und Herren um 16.30 Uhr im Prediger. Auszeichnung für erfolgreiche Teilnahme an den Wertungsläufen aller ECU-Partner.

HOL DIR DAS LAUFSHIRT!

Das hochwertige Funktionsshirt zum Sparkassen Alb Marathon einfach bei der Online-Anmeldung mitbestellen. Nachbestellungen sind vor Ort begrenzt möglich.

Preis: 19,99 Euro (UVP: 29,99 Euro)
Die Shirts können am Renntag **bei der Startnummernausgabe** abgeholt werden.
(da das Modell des T-Shirts erst noch festgelegt wird, kann es zu leichten Abweichungen im Vergleich zur Darstellung kommen)

Größen:
Kinder: Gr. 128 bis 164
Damen: Gr. 34 bis 48
Herren: Gr. S bis XXL



Rückseite
Vorderseite

erima®
SPORTSWEAR SINCE 1900

INFOS djk

Lust auf mehr Training?

Unsere Angebote für Mitglieder der DJK:

Donnerstags 18.30 UHR

Lauftreff Schwäbisch Gmünd

Lauftreff für fortgeschrittene Läuferinnen und Läufer
Treffpunkt: Haupteingang Großsporthalle
Streckenlänge: 12 – 22 km
Anforderung: Schnitt von 6 Minuten pro km oder schneller

Donnerstags 18.30 UHR

Lauftreff für Anfänger, Wiedereinsteiger und langsamere Läuferinnen und Läufer
Treffpunkt: Römerstraße/Platz bei Sporthalle Stauferschule
Streckenlänge: 6 – 12 km
Anforderung: bei Einsteigern in der Kombination zwischen Walking und Laufen.

Donnerstags 19.00 UHR im Winterhalbjahr

Hallentraining Berufsschulzentrum

Treffpunkt: Berufschulzentrum – Sporthalle
Programm: Spiele, Gymnastik, Laufschule, Kräftigung, Ausdauer, Zirkeltraining
Anforderung: keine

Donnerstags 6.00 UHR und Samstags 8.30 UHR

Schwimmtraining Triathlon

Treffpunkt: Schwäbisch Gmünd – Hallenbad
Streckenlänge: 3 km
Dauer: 1 – 2 Stunden
Anforderung: Kraul Schwimmstil

Freitags 19.30 UHR

Fitness- und Stabilitätstraining für Frauen

Treffpunkt: Sporthalle Stauferschule Schwäbisch Gmünd
Laufspezifische Kräftigungsgymnastik, Stationentraining und Spiele. Übungsleiterin Uta Wagner.

Weitere Infos zu Training und Verein erhalten Sie bei: info@gmuender-stadtlauf.de und auf www.albmarathon.de









CityCenter
Schwäbisch Gmünd

... damit Einkaufen Spaß macht!

40 Fachgeschäfte, Gastronomie und Dienstleistungen laden Sie ein. Über 630 Parkplätze im Haus P1

Die Fachgeschäfte des CityCenters laden zum Bummeln und Verweilen ein.

DÜRNINGER.
Bernth
Ferien Insel Reisebüro
styling crew
coffreez FROZEN COFFEEBAR
APCOA PARKING
dm HIER BIN ICH MENSCH HIER KAUF ICH EIN
INTERSPORT® SCHOELL
LÖWENMETZGEREI FAMILIE WAHL Immer eine gute Wahl!
CENTRAL-APOTHEKE 7–20 Uhr imGmünd City Center ...immerfürSieda,allesfürSieda!
ALAKUS FEINKOST & IMBISS Inh.: Abdurrahman Alakus
essanelle Ihr Friseur
Piazza Dolce
ORION Erotik Fachgeschäfte
SCHUH MANN
GMÜND CITY CENTER
shop & fresh
ZANDER Qualitätsreinigung Im City-Center UG
schuhhaus walter
Schlüsseldienst Pancratz

Veranstalter
DJK Sportgemeinschaft
Schwäbisch Gmünd e.V.
Abteilung Ausdauersport

Schirmherr
Oberbürgermeister Richard Arnold

Organisationsleitung
Erich Wenzel
albmarathon@einhornverlag.de

www.zoodesign.de