



Die Nummer 1
seit 13 Jahren in Karlsruhe

- Leichtathletik
- Triathlon
- Hallensport

Liesaus Sport

Von Läufern - Für Läufer

Mit fachkundiger Beratung
den Spaß und Erfolg
beim Sport steigern!

- Laufschuhberatung/Textilberatung
- Laufband mit Videoanalyse
- Ganganalyse
- Sporeinlagen nach Ihren Bedürfnissen
- Schuhumbauten und Stellungskorrekturen
- Tips und Hinweise zum Trainingsaufbau und zur Ernährung
- Pulsmesserverleih
- Walking

Bei uns finden Sie das topaktuelle Programm aller namhaften Hersteller von Sportschuhen, Laufbekleidung und Zubehör.

76133 Karlsruhe, Leopoldstr. 24a
Tel.: 0721-20 50 07

Mo.-Mi. 10-18 Uhr, Do.+Fr. 10-19 Uhr, Sa. 10-16 Uhr

www.liesaus-sport.de



● 76227 Karlsruhe-Durlach, Marstallstraße 18,
Telefon 07 21 / 49 02 90

● 76137 Karlsruhe, Am Mendelssohnplatz,
Rüppurrer Str. 1, Telefon 07 21 / 35 25 80

Am Lauftag stellt SCHECK-IN seine Tiefgarage (2. UG) für den Turmberglauf kostenlos zur Verfügung. Das Organisationsteam bedankt sich dafür sehr herzlich.

Engagiert!

Unser Sozial- und Gemeinwohl, Kunst, Kultur, die Erziehung und Bildung unserer Kinder und Jugendlichen, der Sport und die heimische Wirtschaft sind uns Jahr für Jahr 1,5 Millionen Euro wert.

 Sparkasse
Karlsruhe

der Mensch
die Bank
die Zukunft

www.sparkasse-karlsruhe.de

Wir danken den Sponsoren des Turmberglaufs:

UMCKALOABO®

sowie: Bahnhof-Apotheke ✦ Best Count Shop ✦ Betten-Ritter ✦ Blumen Bürkle ✦ Buchhandlung Der Rabe ✦ Cielo Gastronomie ✦ Cuvée – Weine ✦ Dumas Optik ✦ Stahlwaren Egeter ✦ Elektro-Laden Schmitt ✦ Farben-Scheuble ✦ Fasanenbäckerei ✦ Grand Slam ✦ Juwelier H. Gärtner ✦ Hoffmann's Catering – Alte Residenz ✦ Karstadt ✦ Aurelia Kettner Beauty Salon ✦ Kräuterladen ✦ L & S Laufshop ✦ La Casa ✦ Lagoon ✦ Löwen-Apotheke ✦ Lohmann ✦ Buchhandlung Mächtlinger ✦ Markgrafen-Apotheke ✦ Meißburger Optik ✦ Modehaus Nagel ✦ Oma's Lädle ✦ Parfümerie Bertsche ✦ Pestoria ✦ Reformhaus Böser ✦ Scheck-In ✦ Sol y Luna Gastronomie ✦ Sonnenblume ✦ Sparkasse Karlsruhe ✦ Studio 24 ✦ Tropenlicht ✦ Turmberg-Apotheke ✦ Bäckerei Weber ✦ Obst Weiler ✦ Weinhaus am Marktplatz ✦ Wolf Optik

Samstag, 4. Oktober 2008

16. Durlacher Turmberglauf



- 10 km Volkslauf, Start 16.00 Uhr,
Marktplatz Durlach

Laufstrecke: 10 km: Altstadt–Pfinz–Grötzingen und zurück; flache, schnelle Strecke (kein Berglauf)

- Meisterschaft der Schulen
in Karlsruhe & Umgebung

- Kinderlauf ab 14.00 Uhr,
Schlossgarten Durlach



Schirmherrschaft:
Alexandra Ries,
Ortsvorsteherin
Durlach

Einladung und Ausschreibung zum 16. Durlacher Turmberglauf der Turnerschaft Durlach

Start	16.00 Uhr, Marktplatz Durlach
Startgeld	5 €, Familien 10 €, Nachmeldung 6 € (incl. Spende für einen guten Zweck und Verbandsabgabe, je 0,50 €)
Klassen	HK/30/35/40/45/50/55/60/65/70/ Jugend A/Jugend B, jeweils m/w
Preise	<ul style="list-style-type: none"> ♦ Gesamtsieger m/w Platz 1–3 ♦ Alterklassen-Sieger m/w Platz 1–3 ♦ 100 € für Streckenrekorde m/w ♦ Glas mit „Turmberglauf“-Motiv für alle, die im Zeitlimit im Ziel sind
Sonderpreise	<ul style="list-style-type: none"> ♦ ältester Läufer/älteste Läuferin ♦ beste Zeit pro Gewicht (m/w) ♦ größte Mannschaft im Ziel ♦ schnellste Familie – mindestens drei Personen, gespendet von UMCKALOABO®
Zeitmessung	Max und Theo Baumann Ende der Zeitmessung: <u>17.15 Uhr</u>
Anmelden	bis Donnerstag 2. Oktober 2008 im Internet www.turmberglauf.de oder Fax 0721/151303554
Nachmelden	Weierhalle, bis 30 Min. vor dem Start
Umkleide, Duschen, Siegerehrung, Bewirtung:	Weierhalle

Stadtmeisterschaften der Karlsruher Schulen

Die Mannschaft mit den meisten Zieleinläufern (im Rahmen des Zeitlimits) gewinnt. Startberechtigt sind Schülerinnen und Schüler sowie Lehrerinnen und Lehrer. Die Meldung ist nur über die Schule möglich. Startgebühr 2 €.

Die Spende aus dem Startgeld 2008 geht an das Hilfswerk UNSERE KLEINEN BRÜDER UND SCHWESTERN, das sich für verwaiste und verlassene Kinder in Mexiko, Lateinamerika und der Karibik engagiert. Seinen Auftrag sieht es darin, diese Kinder mit Unterkunft, Essen, Kleidung, medizinischer Betreuung und schulischer Ausbildung zu versorgen. Eine weltweite Gemeinschaft von Förderern, Mitarbeitern und freiwilligen Helfern ermöglicht es dem Hilfswerk, den Kindern zu helfen, verantwortungsbewusste, selbständige und sozial engagierte Bürger ihres Landes zu werden.

Kinderläufe im Durlacher Schlossgarten

Zeit	4. Oktober 2008, <u>14.00 Uhr</u> Bambinilauf. Alle weiteren Gruppen folgen in Abständen von 5–10 Minuten.
Anmeldung	siehe Voranmeldung; Startnummernausgabe und Nachmeldung 12.30–13.30 Uhr <u>nur in der Weiherhalle</u>
Startgebühr	2 € (davon 0,50 € als Spende)

Klassen (getrennte Wertung Mädchen/Jungen):

jeweils 400 m (1 Runde):

- Bambini, Jahrgang 2003
- Schüler 1, 2001 & 2002
- Schüler 2, 1999 & 2000

jeweils 800 m (2 Runden):

- Schüler 3, 1997 & 1998
- Schüler 4, 1995 & 1996

Siegerehrung:

Alle, die ins Ziel kommen, erhalten eine Medaille. Die Siegerehrung findet direkt im Anschluss an jeden Lauf im Zielbereich statt; für die drei Schnellsten pro Gruppe gibt es außerdem eine Turmberg-Medaille. Urkunden und Ergebnislisten können bestellt und gegen Gebühr zugesandt werden.

Hauptverantwortlich: Edelgard Gruber, Telefon 0721/493206, E-Mail: tsd-report@ts-durlach.org

Teilnahme-Bedingung für alle Läufe:

Jeder kann mitmachen, der gesund und fit ist. Die Teilnahme erfolgt auf eigenes Risiko. Für Kinder sind die Eltern verantwortlich. Der Veranstalter haftet nicht für Unfälle und sonstige Schäden. Aus Sicherheitsgründen ist eine Teilnahme mit Hund oder Babyjogger nicht erlaubt (DLV-Vorschrift).

Mit der Anmeldung erklären sich die Teilnehmer damit einverstanden, dass Listen mit Name, Alter, Herkunftsort, gelaufener Zeit, Platzierung und ggf. Verein, für den gestartet wird, in der Weiherhalle ausgehängt und im Internet veröffentlicht werden. Weitere Daten bleiben vertraulich.

Sieger beim Turmberglauf 2007:

Damen: Simone Maissenbacher, LSG Karlsruhe, 36:25 (Streckenrekord)

Herren: Luca Bongiovanni, TV Schriesheim, 32:49 (Streckenrekord: Alexander Fischer, SC Bruchhausen, 30:47;1994)

Größte Schulmannschaft: Markgrafen-Gym. (84 Teilnehmer), gemessen an Schülerzahl: Pestalozzi-Schule (17 %)

Lauf auf den Turmberg

Vorbereitung auf Baden-Marathon und Turmberglauf
in geführten Gruppen unterschiedlicher Leistungsstärke:
10, 15, 20 oder 25 km sowie Walking 10 km

Sonntag, 7. Sept. 2008, 9.00 Uhr

Treffpunkt: Sporthalle der Turnerschaft Durlach, Untere Hub. Getränke, Umkleiden und Duschen vorhanden. Ohne Zeitmessung & Startgebühr, keine Anmeldung nötig.

Anzeige

Immer gleich Antibiotika? Die Kraft aus Afrikas Natur hilft. Schnell.

Ganz natürlich kann man akute Bronchitis und damit Halsschmerzen, Schnupfen, Husten und Abgeschlagenheit mit **UMCKALOABO®**, dem südafrikanischen Wurzelextrakt, bekämpfen.

UMCKALOABO® – das rein pflanzliche Medikament:

1. Verstärkt die Virenabwehr
2. Hemmt die Bakterienvermehrung
3. Löst zähen Schleim

Ein weiteres Plus gerade für Sportler: die gute Verträglichkeit.

Umckaloabo®



UMCKALOABO® ist eine eingetragene Marke, Nr. 644318 www.umckaloabo.de

UMCKALOABO®. 8 g/10 g Flüssigkeit. Für Erwachsene und Kinder ab 1 Jahr.

Wirkstoff: Auszug aus den Wurzeln von Pelargonium sidoides. **Anwendungsgebiet:** Akute Bronchitis (Entzündung der Bronchien). Enthält 12 Vol.-% Alkohol.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. ISO-Arzneimittel, 76256 Ettlingen.

