

Sie bekommen Ihre Start-Unterlagen mit der Post geschickt.
Wenn Sie sich bis zum **9. April 2023** angemeldet haben.

Wenn Sie keine Post bekommen haben:
Sie können Ihre Unterlagen abholen.

Ort: Sportzentrum Olbersdorf

Zeit: 28. April 2023, 15:00 Uhr bis 18:00 Uhr

29. April 2023, 6:30 Uhr bis 17:00 Uhr

Sie können bei der Anmeldung ein T-Shirt bestellen.
Das T-Shirt kostet 11,95 Euro.

Am Veranstaltungstag kostet es mehr.

Das Funktions-Shirt gibt es in den Größen S bis XXL.

Hier finden Sie Infos zu Hotels in der Umgebung:
Tourist-Information Zittau

Telefon: 03583 752138 oder 03583 752137

Internet: www.zittau.de

E-Mail: tourist-info@zittau.de

Haben Sie Fragen?
Schreiben Sie uns einen Brief:
Oberlausitzer Kreissportbund e. V.
Käthe-Kollwitz-Straße 22
02827 Görlitz



Oder rufen Sie an:
Telefon: 03581 750080
Schreiben Sie uns eine E-Mail:
zglw@oberlausitzer-ksb.de



Hier finden Sie mehr Infos:
www.zittauer-gebirgslauf.de

Der 50. Zittauer Gebirgslauf findet im Jahr 2024 statt.
Am 27. und 28. April 2024.



Das Faltpapier wird herausgegeben vom Oberlausitzer Kreissportbund e. V., der Beauftragten und dem Beirat für die Belange von Menschen mit Behinderung im Landkreis Görlitz.



Das Geld für das Faltpapier haben der Landkreis Görlitz und der Landtag Sachsen gegeben.

Bilder: © Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e. V.,
Illustrator Stefan Albers



49. Zittauer Gebirgs-Lauf und Wander-Treff



**Samstag,
29. April 2023**

**Sportzentrum
Olbersdorf**

Informationen zum Gebirgs-Lauf

Im Zittauer Gebirge findet der **Gebirgs-Lauf** statt.
Der **Gebirgs-Lauf** findet im Jahr 2023 zum 49. Mal statt.
Zusammen mit dem Wander-Treff.

Die Strecke vom Gebirgs-Lauf führt durch den Wald.
Und über Feld-Wege.
Wir laufen nur wenig auf Straßen.

Achtung:
Auf der Strecke ist ein Bahn-Übergang.
Sie müssen vorsichtig sein.



Datum: Samstag, 29. April 2023
Ort: Sportzentrum Olbersdorf
Ludwig-Jahn-Straße 65
02785 Olbersdorf

Start ist am Sportzentrum Olbersdorf.
Das Ziel ist auch am Sportzentrum.

Hinweis:
Im Sportzentrum gibt es ein
barrierefreies WC.
Dort gibt es auch Behinderten-
Parkplätze.



Diese Strecken gibt es:

4 km Lauf für Jung und Alt

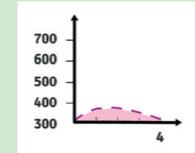
Diese Strecke ist auch gut für blinde und
sehbehinderte Läufer.
Sie brauchen einen Begleit-Läufer.
Start ist 11:00 Uhr.



Anmeldung bis 9:15 Uhr.

Kosten:

bis 31. Januar 2023: 4 Euro
ab 1. Februar 2023: 6 Euro



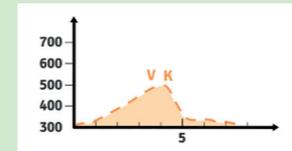
7,5 km Lauf: Komm ins Schwitzen

Start ist 10:50 Uhr.

Anmeldung bis 9:30 Uhr.

Kosten:

bis 31. Januar 2023: 6 Euro
ab 1. Februar 2023: 9 Euro



17 km Lauf: Der Anspruch steigt

Start ist 10:35 Uhr.

Anmeldung bis 9:30 Uhr.

Kosten:

bis 31. Januar 2023: 10 Euro
ab 1. Februar 2023: 16 Euro



35 km Lauf: Teste deine Grenzen

Start ist 08:50 Uhr.

Anmeldung bis 8:15 Uhr.

Kosten:

bis 31. Januar 2023: 14 Euro
ab 1. Februar 2023: 19 Euro



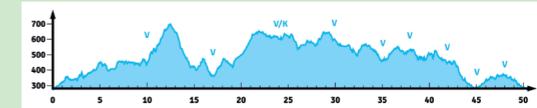
50 km Lauf: Soweit die Füße tragen

Start ist 7:00 Uhr.

Anmeldung bis 6:40 Uhr.

Kosten:

bis 31. Januar 2023: 35 Euro
ab 1. Februar 2023: 45 Euro



Alle Läufer sollen bis **14:30 Uhr** im Ziel sein.
Die Sieger-Ehrungen beginnen 12 Uhr.
Alle Läufer bekommen eine Teilnahme-Medaille.

Anmeldung: 1. Januar bis 9. April 2023

Bitte melden Sie sich über unsere Online-Anmeldung an:
www.zittauer-gebirgslauf.de

Sie können sich als Gruppe anmelden.



Sie bekommen eine kleine Verpflegung auf der Strecke.