

TEILNAHMEBEDINGUNGEN

Ausführliche Teilnahmebedingungen
siehe unter der Homepage der Veranstaltung:
<https://leichtathletik.vfl-tegel.de/Jedermannlauf/index.html>
unter dem Button „Teilnahmebedingungen“

Wer nicht mehr alleine joggen möchte oder wer sich auf einen Halbmarathon oder Marathon vorbereiten möchte, der kann das auch gemeinsam mit uns in Angriff nehmen. Wir von der **Läufertruppe des VfL Tegel** treffen uns jeden Mittwoch um 17:30 Uhr und jeden Sonntag um 9:00 Uhr vor dem Vereinsheim in der Hatzfeldtallee Nr. 29, 13509 Berlin zum gemeinsamen Laufen und zur Marathon-Vorbereitung. Vereinzelt können auch individuelle Termine verabredet werden. Sowohl Hobbyläufer als auch leistungsorientierte Läufer sind bei uns herzlich willkommen.

Außerdem können Sie bei uns unter der Anleitung von erfahrenen Übungsleitern auch **Nordic Walking** betreiben.
(siehe auch: <https://leichtathletik.vfl-tegel.de/>)



Auskünfte erteilen:

Abteilungsvorstand Holger Stuckwisch
Tel. 030-30107636 (Festnetz)
Tel. 0162-3492268 (Mobil)

Nordic Walking
Claudia Kaping
Tel. 030-433 444 6



<https://leichtathletik.vfl-tegel.de/Jedermannlauf/index.html>

**48. Jedermannlauf und Walking / Nordic Walking
Sonntag, 3. Mai 2026**

48. Jedermannlauf und Walking / Nordic Walking in Erinnerung an Friedegard Liedtke

4. Lauf zum Berliner Läufercup 2026

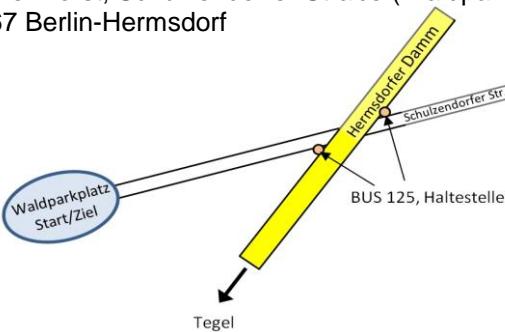
Achtung: beim Berliner Läufercup abweichende Streckenlängen:

- für die Altersklassen U14, U16, U18 und M/W 75 und älter abweichende Streckenlänge: 5 km
- alle anderen Altersklassen Hauptlauf über 10 km

Sonntag, 3. Mai 2026

Start und Ziel:

Tegeler Forst, Schulzendorfer Straße (Waldparkplatz)
13467 Berlin-Hermsdorf



Startzeiten:

09:30 Uhr Schülerlauf 1,2 km (JG 2015-2022)
10:00 Uhr Schüler-/Jugendlauf 5 km (JG 2008-2016)
10:00 Uhr Schnupperlauf 5 km (JG 2007 u. älter)
10:00 Uhr 10-km-Lauf alle Klassen (JG 2011 u. älter)
10:00 Uhr 5 km Walking / Nordic Walking

Veranstalter:

VfL Tegel 1891 e.V.
Leichtathletikabteilung
Hatzfeldtallee 29
13509 Berlin



Teilnahmeberechtigung:

Der Lauf wird nach den Bestimmungen des Deutschen Leichtathletikverbandes veranstaltet.

Verpflegung:

Im Start- und Zielbereich Schmalz- und Nutellastullen und Getränke.

Startgebühren:

1,2-km-Lauf	5,00 €
5-km-Läufe und Walking / NordicWalking:	10,00 €
10-km-Lauf:	15,00 €

Jeweils inklusive Medaille.

ACHTUNG! NEU:

Die Startgelder werden in unserem Auftrag durch die Fa. Ziel-zeit per SEPA-Lastschrift eingezogen.

Hinweis zu den Startnummern:

Die Zeitmessung erfolgt mittels Transponder.

Startnummernausgabe am Veranstaltungstag ab 08:30 Uhr im Start- u. Zielbereich (Waldparkplatz).

Auszeichnungen:

Die **Gesamtsieger** aller Wettbewerbe erhalten Ehrenpreise, die Zweit- und Drittplatzierten Siegerurkunden. Die Erstplatzierten, 2. und 3. jeder **Altersklasse** erhalten ebenfalls eine Siegerurkunde. Komplette Ergebnislisten auch online, von dort ist auch der Urkundendruck möglich.

Anmeldung:

Ab sofort online unter:
<https://leichtathletik.vfl-tegel.de/Jedermannlauf/index.html>
oder direkt über <https://ziel-zeit.de>

Meldeschluss: 25. April 2026

Nachmeldungen bis 30 Minuten vor dem jeweiligen Start möglich, nur Bar-Zahlung (mit erhöhtem Startgeld: +2 € Schülerlauf, alle anderen +4€).

Informationen:

Holger Stuckwisch Tel. 030-30107636 / 0162-3492268

Karl Mascher Tel. 030-4319878 / 0160-5820209

und unter:

<https://leichtathletik.vfl-tegel.de/Jedermannlauf/index.html>

Streckenführung:

Breite Waldwege im Tegeler Forst, ebene Laufstrecke