

MTV Förste richtet 25. Wald-Crosslauf im Westerhöfer Wald aus

Osterode/Förste. Am **Samstag, den 22. November 2008**, lädt der MTV Förste zum 25. Mal zum traditionellen Wald-Crosslauf über 1,5 / 4,4 und 10 km ein. Wenn in der kalten Jahreszeit die Tage kürzer werden zeigt der einheimische Wald eine seiner schönsten Seiten. Die Blätter verfärben sich, der Wald wird lichter und die Luft klarer. Gute Argumente also auch etwas für die Gesundheit zu tun. Hier bietet der MTV Förste **ab 12:45 Uhr** allen Sportlern der Region die Gelegenheit auf unterschiedlichen Strecken durch den Westerhöfer Wald zu laufen. Treffen der Teilnehmer ist am Jagdhaus (ca. 1,5 km südwestlich des Forstamtes Nienstedt). Dort beginnen und enden auch alle Laufstrecken. Im letzten Jahr waren mehr als 100 Läufer aus allen Teilen der Region, von Oker über Salzgitter, Braunlage und dem Eichsfeld der Einladung des MTV gefolgt und besonders von der guten Stimmung begeistert.

Eröffnet wird die Veranstaltung mit der Kurzdistanz von 1,5 km für Schülerinnen und Schüler. Wie bereits immer Vorjahr, werden auch 2008 wieder spannende Wettkämpfe der leistungsstarken 7 – 14 Jährigen erwartet.

Auf der traditionell am stärksten besetzten Mittelstrecke über ca. 4,4 km finden nicht nur ambitionierte Läufer eine Herausforderung, auch für viele Freizeitläufer bietet sich hier eine ideale Gelegenheit den Wochenendlauf mit Gleichgesinnten einmal anders zu gestalten. Die leicht wellige Wendepunktstrecke verläuft durchgehend auf befestigten Waldwegen.

Den Höhepunkt der Veranstaltung bildet jedoch der Lauf über ca. 10,0 km. Hierbei handelt es sich um einen anspruchsvollen und attraktiven Rundkurs, der in der ersten Hälfte durch eine lange Gefällstrecke geprägt ist. Wer es hier zu schnell angeht, dem fehlt bei den folgenden Anstiegen rasch die Kraft. Die Strecken verlaufen auf befestigten Waldwegen und sind gut ausgeschildert.

Die zahlreichen Helfer des MTV werden auch in diesem Jahr wieder für einen reibungslosen Ablauf sorgen.

Die saubere Luft, eine faszinierende Waldlandschaft und klare, saubere Luft abseits der Straßen und Dörfer bilden den Reiz dieser Veranstaltung, die für Sportler aller Leistungsgruppen etwas zu bieten hat.

Kaffee und Kuchen stehen für Sportler und Zuschauer ausreichend bereit. Duschmöglichkeiten bestehen in der Sporthalle in Förste.

Um die Organisation zu erleichtern bittet der MTV Förste möglichst alle Sportler um **Voranmeldung** bis zum 19. November 2008.

Unter allen vorangemeldeten

Teilnehmern werden zahlreiche wertvolle Sachpreise verlost.

Anmeldung an Ingo List -Thüringerstr. 310,

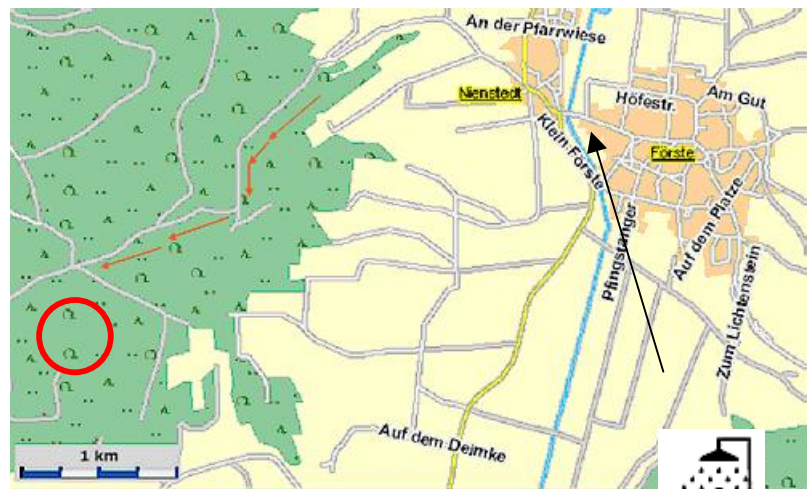
37534 Badenhausen, Tel.: 05522/84248 - E-Mail: ingo.list@gmx.de unter Angabe von Name,

Vornamen, Geschlecht, Geb.-Jahrgang, Verein und Strecke. Eine Vereinszugehörigkeit ist nicht erforderlich.

Alle Teilnehmer erhalten Urkunden, für die Erstplatzierten sind Ehrenpreise vorgesehen!

Weitere Infos unter www.mtv-foerste.de

[Zur Startseite](#)



Anfahrtskizze zum Wald- Crosslauf