



LINDLI-LAUF



WINFORCE-MEILE

SAMSTAG, 10. SEPTEMBER 2016





2. RAIFFEISEN LINDLI-LAUF

Start / Ziel	Salzstadel, Lindli Schaffhausen
Distanz	10.0 km (3 Runden), flach, 50 Prozent Strasse / 50 Prozent Naturweg (Lindli)
Startzeit	14.00 Uhr
Kategorien	Juniorinnen/Junioren: Jahrgänge 1997 und jünger Aktive: Jahrgänge 1982 – 1996 Masters: Jahrgänge 1967 – 1981 Senior Masters: Jahrgänge 1966 und älter
Startgeld	CHF 15.–
Startnummer	Ausgabe ab 12.00 Uhr (SH POWER Werkhof am Lindli)
Anmeldung	bis 09.09.2016 online unter www.lcsh.ch
Nachmeldung	bis 1 Stunde vor dem Start beim Werkhof, Nachmeldegebühr CHF 5.–
Umkleide	Frauen: Kanu Club Schaffhausen, Salzstadel Männer: SH POWER Werkhof am Lindli
Anfahrt	ÖV: ab Bahnhof Bus Nr. 5 bis Schaffhausen, Schiffflände Auto: Parkhaus Schiffflände oder SH POWER Werkhof (13.30 – 15.30 Uhr Ein- / Ausfahrt Werkhof gesperrt)
Rangverkündigung	ab 15.15 Uhr, Salzstadel
Preise	Naturalpreise und Warengutscheine für die Ränge 1 – 3 pro Kategorie
Verpflegung	WINFORCE Swiss Premium Nutrition, Festwirtschaft
Haftung	Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. Der Veranstalter lehnt jegliche Haftung ab.
Kontakt	lindli-lauf@gmx.ch

Veranstalter



Patronat

RAIFFEISEN
Raiffeisenbank Schaffhausen



2. WINFORCE-MEILE

Start / Ziel	Rheinhalde / Salzstadel, Lindli Schaffhausen	
Distanz	1 Meile (1.609 km), flach, 95 Prozent Naturweg (Lindli)	
Startzeiten	16.00 / 16.15 / 16.30 / 16.45 Uhr	
Kategorien	Start Mädchen 16.00 Uhr	Start Knaben 16.15 Uhr
Jugendlaufcup	U10: Jahrgänge 07 – 09	U10: Jahrgänge 07 – 09
	U13: Jahrgänge 04 – 06	U13: Jahrgänge 04 – 06
	U16: Jahrgänge 01 – 03	U16: Jahrgänge 01 – 03
	U18: Jahrgänge 99 – 00	U18: Jahrgänge 99 – 00
Kategorie Open	Start 16.30 Uhr: Jahrgänge 1998 und älter	
Kategorie Staffel	Start 16.45 Uhr: 4 LäuferInnen à 400 m (Anmeldung vor Ort)	
Startgeld	Gratisstart (Jugendlaufcup), CHF 10.– (Open), CHF 20.– (Staffel)	
Startnummer	Ausgabe ab 12.00 Uhr (SH POWER Werkhof am Lindli)	
Anmeldung	bis 09.09.2016 online unter www.lcsh.ch (Staffel vor Ort)	
Nachmeldung	bis 1 Stunde vor dem jeweiligen Start beim Werkhof, Nachmeldegebühr CHF 5.– (Jugendlaufcup kostenlos)	
Umkleide	Frauen: Kanu Club Schaffhausen, Salzstadel Männer: SH POWER Werkhof am Lindli	
Anfahrt	ÖV: ab Bahnhof Bus Nr. 5 bis Schaffhausen, Schiffflände Auto: Parkhaus Schiffflände oder SH POWER Werkhof (13.30 – 15.30 Uhr Ein- / Ausfahrt Werkhof gesperrt)	
Rangverkündigung	ab 17.15 Uhr, Salzstadel	
Preise	Naturalpreise und Warengutscheine für die Ränge 1 – 3 pro Kategorie	
Verpflegung	WINFORCE Swiss Premium Nutrition, Festwirtschaft	
Haftung	Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. Der Veranstalter lehnt jegliche Haftung ab.	
Kontakt	info@winforce.com	

Veranstalter



www.lws-sport.ch

Patronat

WINFORCE

VON RIO ANS LINDLI

LINDLI: Zugegeben, Rio de Janeiro hat die Copacabana. Doch Schaffhausens Lindli braucht sich nicht zu verstecken. Die Uferpromenade entlang des Rheins verbindet die Schweiz mit Deutschland und gehört zu den schönsten Flaniermeilen. Im wahrsten Sinn des Wortes. Denn der seit dem 19. Jahrhundert bestehende Naturweg misst knapp eine Meile und wird von den Munotstädtern ebenso rege genutzt wie die Copacabana von den Cariocas.

MEILE: Die englische Meile (1609.3 m) galt lange als die Laufdisziplin schlechthin. Als Roger Bannister die Traummeile 1954 in Oxford als erster Mensch in weniger als 4 Minuten bewältigte, durchbrach er eine Schallmauer ähnlich der 10 Sekunden im 100-m-Sprint. Als einzige nicht metrische Strecke hat sich die traditionelle Meile bis heute als internationale Referenz gehalten.

10KM: Die 10 000 Meter bilden die längste leichtathletische Stadiondistanz. Paavo Nurmi, Emil Zátopek und deren Nachfolger haben mit ihren Rekordläufen Laufgeschichte geschrieben und Grenzen verschoben. Über die Grenze geht es auch beim Raiffeisen Lindli-Lauf – auf zwei verschiedenen Unterlagen und drei statt 25 Runden, dafür nicht minder schnellen/flachen Geraden.

WINFORCE: Silver Today – Gold Tomorrow. Die Schweizer Sportnahrungsmarke pflegt diese Maxime seit über zehn Jahren. Und mit ihr ein paar der besten Athletinnen, darunter die Marathon-Rekordhalterin Maja Neuenschwander (2:26:49) sowie die U23-Hürdeneuropameisterin Noemi Zbären. Knapp einen Monat nach ihren Grossanlassauftritten stehen die beiden Rio-Starter an der Schaffhauser Copacabana als Anlasspatinnen der **WINFORCE**-Meile im Einsatz!

