



Worin liegt der grösste Sieg?
Der grösste Sieg liegt in der
Selbstentdeckung.

- Sri Chinmoy



Emil Zatopek mit
Sri Chinmoy beim
Start des ersten 10km
Laufes 1980 in Zürich.

5. Sri Chinmoy 10 km Lauf

Zürich-Affoltern

Sonntag 10. März 2024



Start: 9:00 Uhr

10 km, 4 Runden à 2433m plus 268m, 7.4 von 10 km asphaltiert.

Total 70 Höhenmeter, 17 Hm pro Runde.

Strecke neu offiziell vom SLV vermessen und Bestenliste fähig.

2.5km, 5km und 7.5km sind ausgeschildert.

Online-Anmeldung unter ch.srichinmoyraces.org

Oder per E-Mail oder Fax mit Angabe des Namens, Adresse, Jahrgang und Verein.

Startgeld CHF 20.-, Nachmeldegebühr 5.-.

Bezahlung bei Abholung der Startnummer.

Online Anmeldeschluss: Samstag, 09. März 2024 12:00 Uhr

Nachmeldung bis 30 Minuten vor dem Start.

Rangverkündigung 10:45 Uhr

Startnummernausgabe ab 8:00 Uhr

Kategorien, Jahrgänge

Männer MHK / Frauen FHK 1975 und jünger

Männer M50 / Frauen F50 1965 – 1974

Männer M60 / Frauen F60 1955 – 1964

Männer M70 / Frauen F70 1945 – 1954

Männer M80 / Frauen F80 1944 und älter

Es wird eine Mannschaftswertung angeboten.

Startnummernausgabe, Nachmeldungen, Garderoben, Duschen und Siegerehrung beim

Schulhaus Isengrind, Wolfswinkel 3, 8046 Zürich

Zufahrt mit Auto zum Start nicht gestattet.

700 m zu Fuss vom Schulhaus Isengrind.

Parkplätze

bei der Sportanlage Fronwald, Fronwaldstrasse 115, 8046 Zürich
oder blaue Zone in der Nähe.

Anfahrt

Mit Auto: Autobahnausfahrt Zürich-Affoltern

Mit ÖV: vom Bahnhof Zürich-Affoltern zu Fuss 500 m bis zum
Schulhaus Isengrind.

Naturalpreise

Männer / Frauen HK Rang 1-7

Männer / Frauen ab AK50 Rang 1-3

Nach dem Lauf wird allen Teilnehmern ein frisch zubereitetes
Müesli offeriert.

Die Rangliste ist unter ch.srichinmoyraces.org abrufbar.

Bitte Absperrungen und Anordnungen der Streckenposten
befolgen.

Versicherung ist Sache der Teilnehmer.

Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung.

Veranstalter/Adresse:

Sri Chinmoy Marathon Team

Heinz Heer, Zelgmatt 8, 8046 Zürich

Anmeldungen / Auskünfte

ch.srichinmoyraces.org

info@srichinmoyraces.ch

Tel 076 320 97 00, 077 418 77 11

Fax 056 496 01 54