






-  10km - Runde
-  Halbmarathon-schleife (im zweiten Durchlauf zusätzlich)
-  Zeitweise Querung der Laufstrecke möglich (polizeilich geregelt)
-  Freie Durchfahrt - keine Sperrung
-  Verpflegungsstelle

Fahren Sie niemals entlang der Strecke! Unfallgefahr!

- Streckensperrung von ca. 9.45 bis ca. 12.30 Uhr

Sollten Sie in dieser Zeit auf das Auto angewiesen sein, bitten wir Sie es vorher außerhalb der Strecke zu parken. Vielen Dank! In dringenden Fällen erlauben es die Polizei und die Streckenhelfer die Straße zu queren. Dies kann je nach Renngeschehen ein wenig dauern und ist nicht überall möglich. Wir bitten um Verständnis.

- Anfeuern der 1.300 Teilnehmer

Stellen Sie sich an die Straße oder an Ihren Zaun. Holen Sie die Stereoanlage raus und sorgen Sie für "Rock" an der Strecke.

Jog and Rock 6 26.09.2010 Bensheim Start 10.00 Uhr