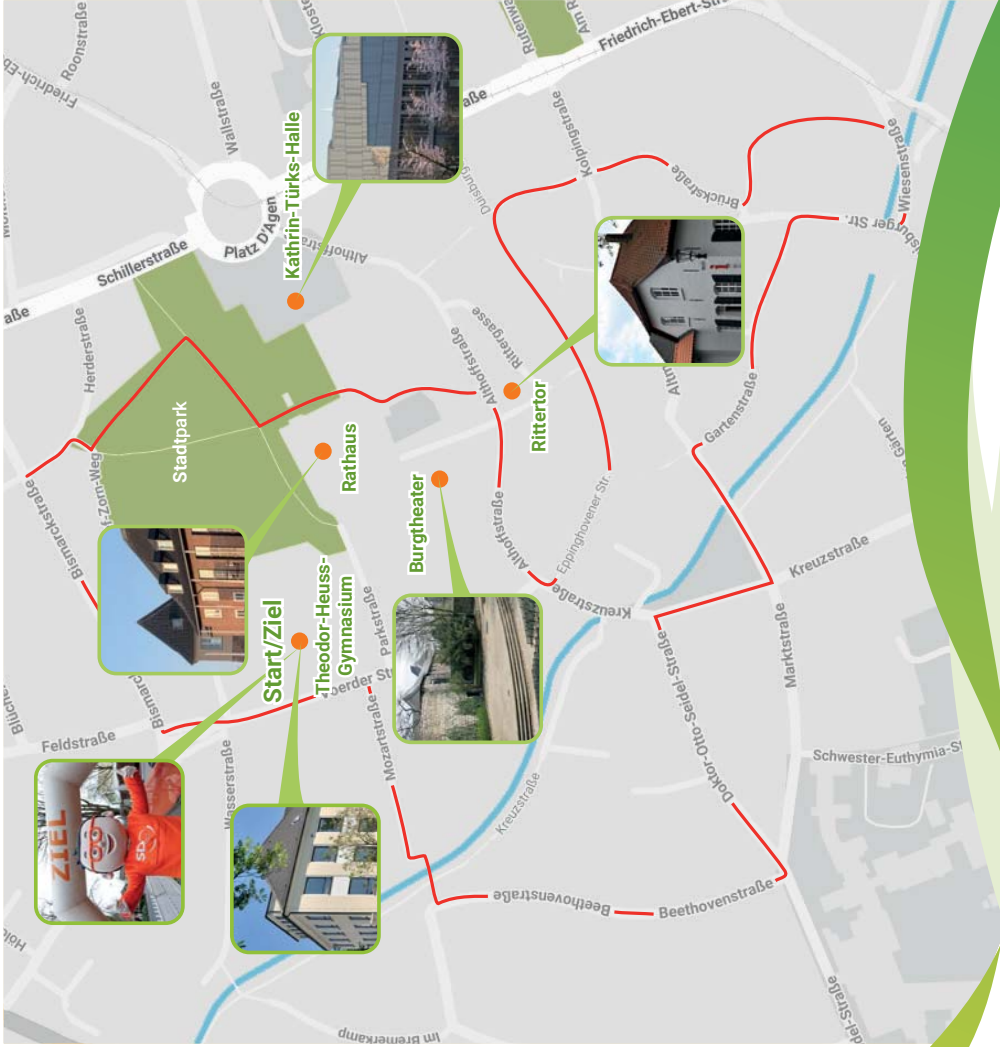


SUS09, die Stadtwerke Dinslaken und  
Marathon Dinslaken wünschen viel Erfolg.



Marathon Dinslaken  
seit 1981



**Laufstrecke:**  
DLV-vermessener 2,5 km flacher Rundkurs,  
mit **Start und Ziel** am **Theodor-Heuss-Gymnasium**,  
Voerder Straße 30, 46535 Dinslaken



**6. April | ab 9:30 Uhr**

Start / Ziel: Theodor-Heuss-Gymnasium



Veranstalter des  
Stadtwerke Dinslaken  
Energy Run:



Marathon Dinslaken  
seit 1981



# Wettbewerbsübersicht

Wettbewerb	Streckenlänge	Startzeit	Startgeld**
<b>Bambini-Lauf</b> 	<b>380 m, Jungen</b> (2018 und jünger, max. 120 TN)	<b>9:30 Uhr</b>	<b>2,- €</b>
	<b>380 m, Mädchen</b> (2018 und jünger, max. 120 TN)	<b>9:35 Uhr</b>	<b>2,- €</b>
<b>Jugendlauf</b> 	<b>2.500 m, Schüler</b> U10 + U12 (2014 - 2017) U14 + U16 (2010 - 2013)	<b>9:45 Uhr</b> <b>10:15 Uhr</b>	<b>3,- €</b> <b>3,- €</b>
	<b>2.500 m, Schülerinnen</b> U10 + U12 (2014 - 2017) U14 + U16 (2010 - 2013)	<b>9:50 Uhr</b> <b>10:20 Uhr</b>	<b>3,- €</b> <b>3,- €</b>
<b>Hauptlauf</b> 	<b>10.000 m</b> mit AK-Wertung, max. 70 Min. M/J/WJ U18 + U20 (2006 - 2009) Männer/Frauen AK M/W 30-80 (alle 5 Jahre)	<b>11:00 Uhr</b>	<b>15,- €</b>
	<b>5.000 m</b> bis 30 Min. (ohne AK-Wertung) ab 30 Min. (ohne AK-Wertung)	<b>12:45 Uhr</b> <b>13:30 Uhr</b>	<b>15,- €</b> <b>15,- €</b>
<b>Volkslauf</b> 	<b>2.500 m Walking*</b> (nur Zeitnahme, max. 100 TN)	<b>13:31 Uhr</b>	<b>10,- €</b>

TN = Teilnehmer \*kein Nordic-Walking; \*\* zzgl. 3,- Euro Chip-Pland für alle Läufer



*bioladen* Dinslaken



**Lifefit**  
SPORT • GESUNDHEIT  
UND PHYSIOTHERAPIE



**SIN  
CON  
ADE**



**Service**  
sauber gemacht!



**Rheinfels**  
Rheinfels  
Golfclub

## Wir danken unseren Sponsoren:



**SPORT**  
**BIRKNER**



**HELLMICH**  
UNTERNEHMENSGRUPPE



**MICHELS**  
JUWELIER UND GOLDSCHMIED

**Sinalco**



Riedel Automobile



## Anmeldung



### Anmeldung

<https://www.taf-timing.de/dinslaken2025>

### Anmeldestart

ab **14. Dezember 2024 ab 00:00 Uhr**

Die ersten **500** Anmelder im Jugendlauf erhalten ein T-Shirt.  
Die ersten **750** Anmelder im 2,5 km Walking, 5- & 10-km-Lauf erhalten ein Funktions-Shirt.

### Anmeldeschluss

**23. März 2025 bis 18:00 Uhr**

Der Veranstalter behält sich vor, den Meldeschluss für einzelne Läufe bei zu hoher Beteiligung vorzuziehen.

### Schulen & Kitas:

Die Startnummern für die Bambini- und Jugendläufe sowie die T-Shirts für die Jugendläufe können klassen-/gruppenweise am 3. April 2025 zwischen 16:00 und 17:00 Uhr bei den Stadtwerken Dinslaken abgeholt werden.

### Meldebüro

**Mensa Theodor-Heuss-Gymnasium**

Nachmeldungen sowie Start-Nr.- und Shirt-Ausgabe  
Sa. 05.04. 11:00 Uhr bis 13:00 Uhr oder So. 06.04. ab 8:30 Uhr

### Nachmeldungen

**Bis 30 Minuten vor dem jeweiligen Lauf online möglich**  
(wenn nicht ausgebucht) Nachmeldegebühr 5,- Euro

### TAF-Timing Team

Für die Startnummer mit integriertem Chip zur Zeitnahme wird ein Pfand von 3,- Euro erhoben. Auszahlung bei Rückgabe der Startnummer.

# Weitere Infos



Marathon Dinslaken  
seit 1981

## Ergebnislisten

<https://www.taf-timing.de/dinslaken2025>

Nach jedem Lauf: Urkundendruck, Start-Nr.-Rückgabe, Pfand-Rückzahlung, Siegerehrung lt. Aushang vor Ort

## Umkleiden & Duschen

Männer: Theodor-Heuss-Gymnasium, Voerder Straße 30  
Frauen: Lehrschwimmbecken Turnhalle, Bismarckstraße 46

## Parken

Bitte beachten Sie, dass zeitgleich mit dem Energy Run der verkaufsoffene Sonntag stattfindet.

Eine große Anzahl von Parkplätzen finden Sie an der Sportanlage des SUS 09 bzw. vor der Hans-Efing-Sporthalle an der Gneisenaustraße sowie in der Tiefgarage Rathaus am Platz d'Agén 1 und am Bahnhof.

## Moderation

Die Stimme des Langlaufes: Laurenz Thissen

## Beschallung

Metronome Veranstaltungstechnik GmbH

## Sanitätsdienst

Deutsches Rotes Kreuz Dinslaken-Voerde-Hünxe

## Haftung

Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Schäden jeglicher Art.

## Kontakt

[energyrun@marathon-dinslaken.de](mailto:energyrun@marathon-dinslaken.de)

## Training

**Ab dem 17.01.2024** findet wieder der beliebte Vorbereitungskurs von 0 auf 5.000 m im Wohnungswald statt.

**Nähere Infos auf [www.marathon-dinslaken.de](http://www.marathon-dinslaken.de)**

## Hinweise

Laut Wettkampfbestimmungen (TR 6.3.2) ist der Besitz oder das Benutzen von Videorekordern, Radios, CD-Playern, Funkgeräten, Mobiltelefonen oder ähnlichen Geräten im Wettkampfbereich nicht gestattet.

**Die Veranstaltung findet bei jeder Witterung statt!**  
(Außer bei Orkanmeldung, Schnee- und Eis-Chaos.)

# Auszeichnungen und Preise

Jede\*r Finisher\*in erhält eine Urkunde (direkt nach dem Zieleinlauf).

## Bambiniläufe

Jede\*r Finisher\*in erhält eine Medaille

## Jugendläufe

Medaillen und Preise für die 3 Erstplatzierten jeder Altersklasse

## Volkslauf

Sonderpreis in Höhe von je 100 Euro für die zeitschnellste Läuferin und Läufer

## Hauptlauf

Preise für die 3 Erstplatzierten jeder Altersklasse und Sonderpreis in Höhe von je 200 Euro für die zeitschnellste Läuferin und Läufer

# Verlosung von Sonderpreisen für alle Finisher\*innen des Haupt- und Volkslaufes

**Juwelier Michels** stellt für die Verlosung gleich drei Multisport-Smartwatches zur Verfügung und zwar das Modell **GARMIN fenix 8** in 43 und 47 mm mit AMOLED Display im Wert von je 999 Euro. Die Premium-Smartwatch bietet erweiterte Krafttrainingsfunktionen, Tauchzeitfizierung und vieles mehr.

**MICHEL'S**  
JUWELIER UND GOLDSCHMIED



## SPORT BIRKNER



**Sport Birkner** stiftet als Gewinne jeweils zwei Paar **hochwertige Laufschuhe nach Wahl**, die im Sportgeschäft ausgesucht und probiert werden können.

**Alle Finisher\*innen des Haupt- und Volkslaufes haben eine Chance auf diese Gewinne.** Gezogen werden die Startnummern aus der Los-trommel mit Prüfung, ob gefinished wurde.

Die **Auslosung** findet um **14.30 Uhr** auf dem Schulhof neben der Mensa statt. Die Gewinner-Startnummern mit dazugehörigen Namen werden auf [www.marathon-dinslaken.de](http://www.marathon-dinslaken.de) veröffentlicht, eine Abholung bei Nicht-Anwesenheit ist mit Vorlage des Personalausweises noch im nachhinein bis zum 26.04.2025 möglich.

## Jugendlauf

Sport macht Spaß!



Die Stadtwerke Dinslaken honorieren die teilnahmestärksten Klassen (Platz 1 bis 3) der Klassenstufen 2 bis 4 mit je 100 € für die Klassenkasse. Gezählt werden die teilnehmenden Kinder, die gesammelt über den Klassenverband angemeldet wurden oder als „Verein“ die Schule sowie Klassenname benannt haben.