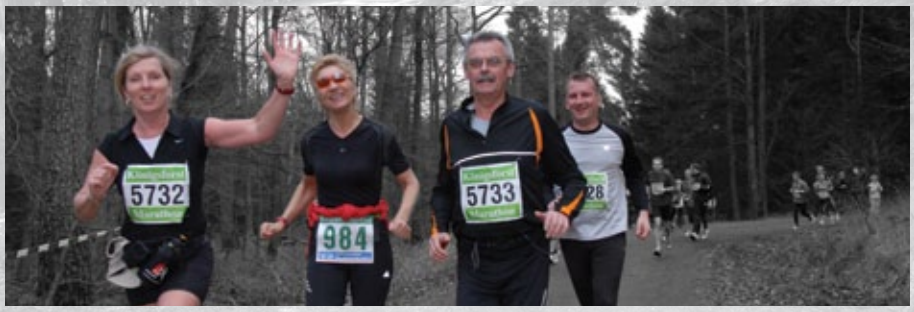
RUN GREEN

erlebe die grüne Lunge des Rheinlandes

42. Königsforst-Marathon

Halbmarathon – 10 km – 5 km

Sonntag, 13. März 2016



in Bensberg bei Köln

schnelle Anfahrt über die A1 – A3 – A4

Finisher-Medaille – Nettozeiten - Massage- und Shuttle-Service

www.koenigsforst-marathon.de

Wir unterstützen die Bergische Greifvogelhilfe

Ausrichter: TV REFRATH running team

Weitere TVR-Läufe 2016:

24.04.	13. Kirschblütenlauf
23.10.	31. Refrather Herbstlauf
06.11.	12. Bensberger Martinilauf

INTERSPORT HAEGER · BROOKS · BELKAW · DEXTRO ENERGY · Krombacher ALKOHOLFREI · bast · ASB · Stark für Sie... Bensberger Bank

RUN GREEN

Liebe Landschaftsläufer aus Nah und Fern,

in diesem Jahr feiern wir ein „echtes“ Marathon-Jubiläum: die 42. Auflage des Königsforst-Marathons, einer der ältesten Marathonläufe Deutschlands. Seit 1973, als Gottfried Küppers mit ein paar Freunden den Marathon-Klassiker ins Leben rief, pilgerten rund 40.000 Tausend Läufer aus vielen Ländern Mitte März nach Bensberg. Landschaftsläufe sind seit einigen Jahren wieder in. Entschleunigung beim long jog mit Gleichgesinnten durch die Natur. Beim Königsforst-Marathon wird für alle eine passende Distanz dabei sein: 1 km für Schüler, 5 km und 10 km als kurze Langstrecke. Der Halbmarathon, eine große Schleife durch die „grüne Lunge“ Kölns, hat seit Jahren mit 6-700 Teilnehmern den größten Zuspruch. Die hügelige Landschaft und ein einmaliger Mischwald garantieren Abwechslung auf jedem Kilometer. Run Green … auch wenn Laubbäume noch keine Blätter haben, der Vorfrühling lässt grüßen. Die Königsdisziplin aller Langstreckler ist und bleibt der Marathonlauf: 42195 Meter bzw. 26 Meilen und 385 Yards (seit den Olympischen Spielen London 1908). Dies sind am 13. März zwei Runden. Wer jedoch bei der Hälfte entscheidet, nicht weiter zu laufen, kein Problem: ihr werdet automatisch für den Halbmarathon gewertet. Im Ziel warten die Helfer vom TV Refrath mit Frisch- und Trockenobst, Energieriegel. Dextro Energy und Wasser wird von zahlreichen Helfern des ASB etwa alle 5 km gereicht. Das Team der PhysioAthletics bietet euch im Ziel einen Massage-Service.

Von Läufer für Läufer: das **TV REFRATH** ***running team*** mit über 80 aktiven Mittel- und Langstreckler ist als Ausrichter ein erfahrenes Organisationsteam.

Alle Marathon- und Halbmarahonläufer dürfen sich auf eine neue **Finisher-Medaille** freuen. Sie zeigt den Kopf eines Rotmilans. Der auf der roten Liste stehende Greifvogel ist im Bergischen Land noch regelmäßig zu sehen. Als neuer Charity-Partner bekommt die Greifvogelhilfe in Rösrath von Dirk Sindhu eine großzügige Spende.

„RUN GREEN“ – hinter diesem Slogan verbergen sich zwei Botschaften: der Königsforst-Marathon als Landschaftslauf an sich sowie ein umweltfreundliches Konzept, das perfekt zu dieser Laufveranstaltung passt. Unser Ziel ist es, Umweltbewusstsein zu fördern, auch im Laufsport. Ob Pappbecher statt Kunststoff, Verzicht auf Chemietoiletten, Fahrgemeinschaften oder besser noch: Nutzung des ÖPNV – es gibt viele Möglichkeiten etwas zu tun. Der Weg zu einer CO2-neutralen Laufveranstaltung ist das Ziel…!

Drei Premium-Partner sind wieder dabei: die **BELKAW** aus Bergisch Gladbach als Energie-Partner. Sie bieten z.B. als Öko-Option zertifizierten, Klima schonenden Energie aus Wasserkraft. Sportausrüster **BROOKS running** wünscht euch mit dem neuen „Adrenalin GTS 16“ zusammen mit **Intersport Haeger** aus Bensberg, dass laufen glücklich macht: **run happy – every day!**

Wir wünschen Euch viel Spaß und Erfolg beim 42. Königsforst-Marathon

Euer TV REFRATH running team

INTERSPORT HAEGER

30 Jahre in Bensberg
INTERSPORT Haeger

Schloßstraße 85
Bergisch Gladbach-Bensberg

Öffnungszeiten:
Mo-Fr 9.30 – 19.00 h
Sa 9.30 – 16.00 h

Mit den richtigen Mitteln erreicht man jedes Ziel.

Dein erstes sollte ein Besuch bei uns sein. Denn wir bieten dir alles was nötig ist, um dich in deinem Sport zu verwirklichen. Eine große Auswahl an Marken, einen umfassenden Service sowie praktische Tipps von Menschen, die wissen wovon sie sprechen – auch in deiner Nähe.

Aus Liebe zum Sport

Mitglied im INTERSPORT-Verband, der weltweit erfolgreichsten Leistungsgemeinschaft selbstständiger Sportfachhändler!

42. Königsforst-Marathon – 13.03.2016 RUN GREEN

Zeitplan

Start-Nrn-Ausgabe in der großen Halle der **BASt – LKW-Einfahrt**
Samstag 12.03. von 15.00 – 18.00 Uhr
Sonntag, 13.03. ab 9.00 Uhr

Start und Ziel Bundesanstalt für Straßenwesen „BASt" Bensberg bei Köln, 51427 Bensberg, Brüderstr. 53 – direkt an der A4

Start	Strecke	Lauf	Sollzeit	Jahrgang
10:00	5 km	Lauf	45 Min	2006 und älter
10:00	10 km	Lauf	1:15 h	2004 und älter
11:30	21,1 km	Halbmarathon	3:00 h	2000 und älter

eine große Waldschleife durch den Königsforst
Kilometerangaben 1,2,3,5 und dann alle 5 km

11:30	42,2 km	**Marathon NEU:**	5:30 h	1998 und älter

zwei große Waldschleifen durch den Königsforst
Kilometerangaben 1,2,3,5 und dann alle 5 km

Wer sich nach der ersten Runde entschließt, aufzuhören und ins Ziel läuft, wird automatisch als Halbmarathonläufer gewertet.

12:00	1 km	**Schüler**	ohne	2001 und jünger
12:10	1 km	**Schülerinnen**	ohne	2001 und jünger

Hinweise

Alle Laufstrecken (außer Schüler) sind DLV-vermessen und bestenlistenfähig
Walking, Babyjogger und Hunde sind nicht erlaubt.

Siegerehrungen die ersten 6 Finisher im Gesamteinlauf über 10 km, HM und Marathon / top 3 über 5 km. Im HM und Marathon zusätzlich: Sieger-Preise für alle Altersklassen bis zur M/W 75

5 + 10 km 11.35 Uhr
Schülerläufe 13:00 Uhr
21 km 13.30 Uhr **42 km** ab 15.30 Uhr

„Qualität persönlich erleben“

FAMILY FITNESS CLUB

Testen Sie jetzt 14 Tage inkl. Personal Training!

Richard-Zanders-Str. 8-10 | 51465 Bergisch Gladbach | 02202 - 955570 | family-fitness.de

42. Königsforst-Marathon – 13.03.2016 RUN GREEN

Webseite: www.koenigsforst-marathon.de

Ausrichter: TV REFRATH running team

Online-Anmeldeschluss: Sonntag, 6. März 2016 – 22.00 Uhr

Strecke	Startgeld bis 30.11.	Startgeld bis 31.01.	Startgeld bis 06.03.	
1 km	6,- €	6,- €	6,- €	inkl. Leihchip-Gebühr
5 km	10,- €	11,- €	12,- €	
10 km	12,- €	13,- €	14,- €	
21,1 km	24,- €	26,- €	28,- €	NEU: mit Finisher-Medaille
42,2 km	32,- €	34,- €	36,- €	NEU: mit Finisher-Medaille
Nachmeldegebühr		3,- € / Schüler 1,- €		

Nachmeldungen sind nur am Samstag, 12. März von 15-18 Uhr sowie am Veranstaltungstag ab 9.00 Uhr vor Ort in der „BASt-Halle“ möglich.

Tritt ein gemeldeter Teilnehmer nicht an, besteht kein Anspruch auf Rückzahlung des Startgeldes. **Die Start-Nr. bitte sichtbar** auf der Brust tragen.

Bitte beachten: Hunde, Babyjogger und Walker sind nicht zugelassen!!

Meisterschaften für den LVN-Kreis Oberberg werden zusätzlich die Kreismeister im Marathonlauf geehrt.

Chip-Zeitmessung Brutto- und Nettozeit - erstmals für alle Laufstrecken mit Champion Chip. Ein Leihchip wird gegen ein Pfandgeld von 30,- € mit der Start-Nr. ausgegeben / 25,- € werden davon bei Rückgabe bis 17.30 h erstattet. Falls der Chip nicht zurückgegeben wird, ist dies der Kaufpreis.

Startnummern Ausgabe in der BASt-Halle – LKW-Einfahrt - Brüderstr. 53, 51427 Bergisch Gladbach – Bensberg

Start + Ziel an der Bundesanstalt für Straßenwesen BASt auf der Brüderstraße in Bergisch Gladbach - Bensberg

Umkleide und Duschen sind 2,4 km von BASt entfernt. Der ASB wird ab 11 Uhr einen Bus-Shuttle-Service zum Albertus-Magnus-Gymnasium, Kaule 3 in Bensberg einrichten.

Toilettenwagen steht auf dem Gelände der BASt neben der Halle

Haftung nur im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen

Arbeitssicherheit SCC
Wir sind zertifiziert
DEKRA
Regelmäßige freiwillige Überwachung

TANK & TECHNIK-CHECK
Die Inspektion für den Heizöltank

www.tuv.com
TÜVRheinland
ID: 0100001400
• Regelmäßige Betreuung
• Fachbetrieb gemäß WHG

Entsorgungsfachbetrieb
TÜVRheinland

REMSHAGEN

Tankschutz-Service Remshagen GmbH

Bergische Landstraße 106
51503 Rösrath
Telefon: 02205 / 9261-0
Telefax: 02205 / 926150
info@remshagen.de
www.remshagen.de

Tankservice

Ob zu Tank & Technik- Check,Tankreinigung, Tankschutz,Tankneuanlagen oderTankdemontage; bei uns finden Sie umfangreiche Auskunft zu allenFragen! Auch wenn einmal alles schief geht, können wir Ihnen mitunserer Erfahrung in Sachen Ölwehr proffessionelle Hilfe leisten.

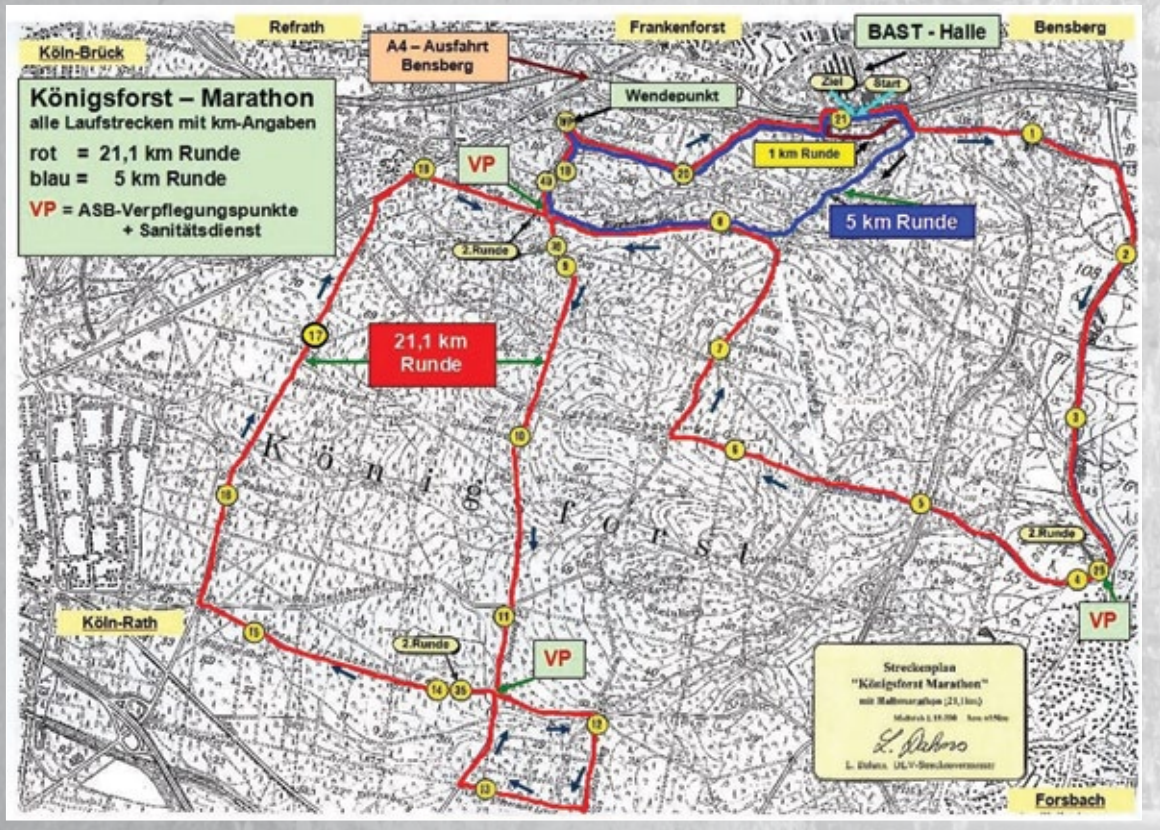
Aufzugservice

Ob Hydraulikölwechsel, Fragen zu Schutzrohren, Dichtheitsprüfungen oder die Sanierung des Schacht- und Maschinenraumes, bei uns sind Sie gut beraten.

Industrieservice

Vom Abscheider-Service mit Eigenkontrollen, Wartungen, Dichtheitsprüfungen; über die Industrie- / Hochdruckreinigungen von Kanal / Gruben / Schächten; bis hin zum kompletten Industrierückbau bieten wir Ihnen unsere langjährige Erfahrung an.

Plan Laufstrecke



RUN GREEN

Himmlisch farbenfroh!

ENGELS – Der Maler
Einfach eine Klasse besser.

Lückerather Weg 49
51429 Bergisch Gladbach
Fon 0 22 02 - 4 17 66
info@engels-der-maler.de

ENGELS
ENGELS - DER - MALER. DE

ÖPNV - Parken - Fußweg
Im Sinne des Konzeptes „RUN GREEN" empfehlen wir die Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Von der Straßenbahn-Haltestelle Refrath Linie 1 sind es 2,6 km Fußweg, von den Bushaltestellen, siehe unten, nur zwischen 1 und 2 km. Aber auch Fahrgemeinschaften entlasten die Umwelt. Parkflächen sind unten auf dem Plan gekennzeichnet. Im Industriegebiet Frankenforst sind die Parkflächen der Firmen Kronenberg, Kurt-Schumacher-Str. 1 und ASTRO, Olefant 1-3 günstig gelegen.

Marathon-Massage
Wie im Vorjahr bietet Torsten Walter von Physio Athletics aus Bergisch Gladbach einen Massageservice für eure müden Muskeln im Zelt an der BASt an.
www.torsten-walter.com/physio-athletics_com

Service des Arbeiter-Samariter-Bund Bergisch Land e.V.
Der ASB wird euch mit seinen hohen Qualitätsstandards beim Königsforst-Marathon den bestmöglichen Service bieten:
Auf der Laufstrecke und im Ziel stehen Ersthelfer mit vier Notfall-Zelten bereit.
Zusätzlich werden an der Strecke etwa alle 1000 m Notruf-Nummern an Wimpel für Sicherheit sorgen, damit im Falle eines Falles schnellstmöglich Helfer vor Ort sind.

Arbeiter-Samariter-Bund
Regionalverband Bergisch Land e.V.

Kaminbau Engel feuert Sie an!

- ✓ Kaminöfen
- ✓ Pelletöfen
- ✓ Kamine
- ✓ Kachelöfen
- ✓ Gasfeuer
- ✓ Heizungsbau
- ✓ Schornsteine jeder Art

Ihr Spezialist für Wassertechnik, Solar u.v.m.

Alles aus einer Hand !

Besuchen Sie unsere umfassende Ausstellung auf 750 m²

seit 1966
Kaminstudio
Schornsteintechnik
engel
ALLES FÜR KAMIN & HEIZUNG

Kaminbau Engel

Hafenstr. 3–5 | 51371 Leverkusen-Hitdorf

☎ 02173/9445-0 | ✉ info@kaminbau-engel.de

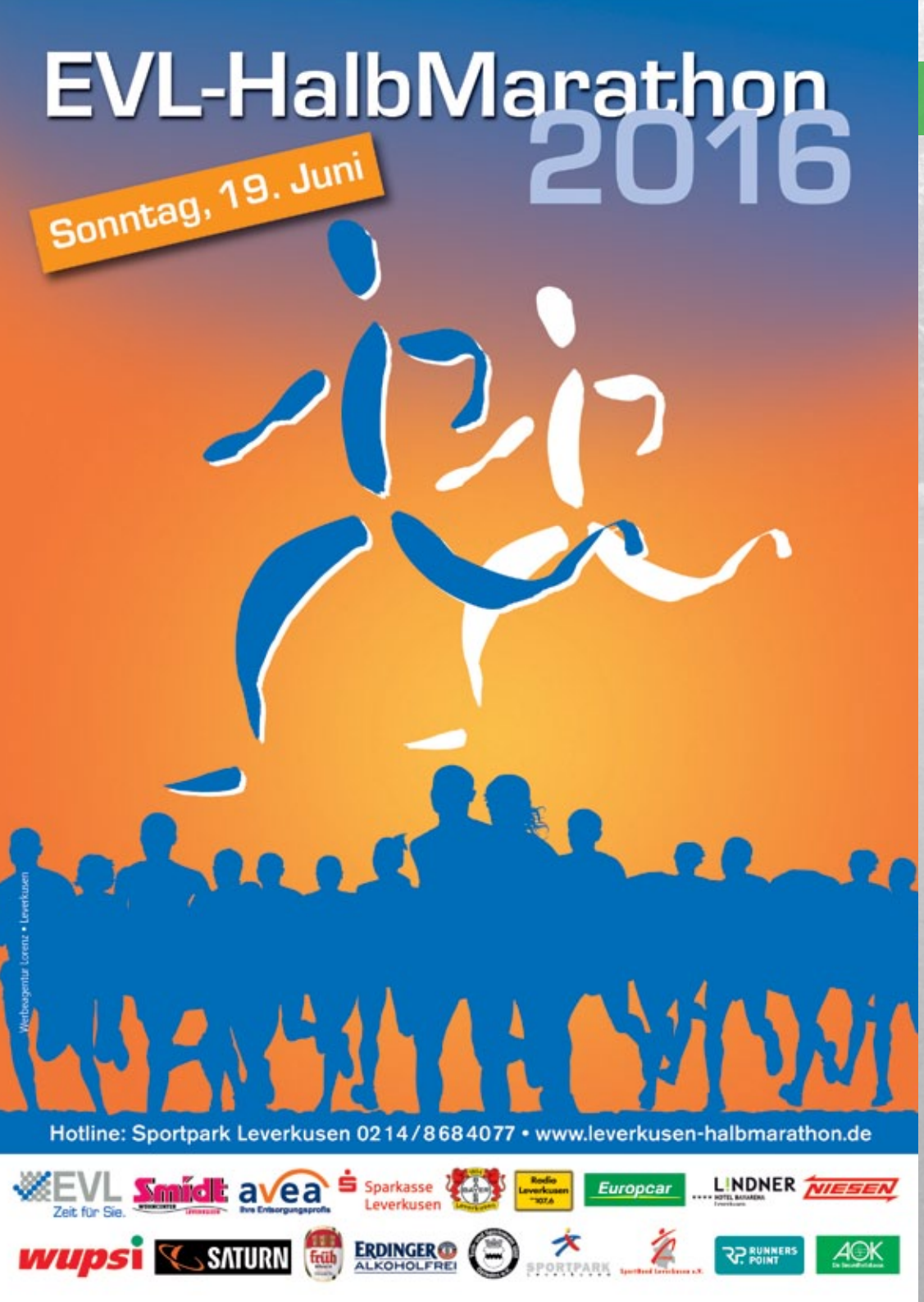
www.kaminbau-engel.de

Sieger – Legende Königsforst - Halbmarathon

1975	Rosemarie Augustiak	1:40:10	Jean Leray / F		1:16:50
1976	Sigrun Schumacher	1:33:22	Pierre Staeleus		1:10:44
1977	Anneliese Ohm	1:33:42	Günter Gortziel		1:10:49
1978	Waltraud Kopatz	1:34:57	Klaus Orthen		1:10:03
1979	Lilo Köllen	1:30:03	Klaus Orthen		1:08:37
1980	Petra Niklas	1:24:23	Carsten Dette		1:10:12
1981	Lilo Köllen	1:24:50	Peter Hermanns		1:09:30
1982	Lilo Köllen	1:24:49	Peter Morawski		1:10:28
1983	Petra Sander	1:23:59	Heinz Schneider		1:10:43
1984	Birgit Lennartz	1:20:27	**M. Longthorn/CH + R. Stenzel**		**1:06:40 SR**
1985	Barbara Berk	1:22:47	Andreas Cromm		1:08:24
1986	Sabine Weiss	1:23:43	Andreas Cromm		1:10:47
1987	*Sabine Weiss	15 km 0:55:28	Herbert Steffny	15 km	0:46:03
1988	Elke Breidenbach	1:22:42	Herbert Einsiedel		1:11:05
1989	Kirstin Fischer	1:26:37	Bernd Feldhoff		1:15:35
1990	Rosemarie Kößler	1:25:05	Torsten Storch		1:08:11
1991	Birgit Reefschläger	1:18:38	Bernd Schüttler		1:13:07t
1992	Petra Sander	1:18:38	Martin Grüning		1:10:46
1993	**Petra Sander**	**1:17:57 SR**	Olaf Schimmel		1:07:18
1994	Monika Bach	1:26:17	Olaf Kästner		1:10:43
1995	Ute Jenke	1:22:51	André Kirch		1:12:36
1996	Sandra Schönbach	1:25:48	Axel Lüder		1:12:28
1997	Sandra Schönbach	1:22:34	Sasa Perisic		1:13:17
1998	Birgit Lennartz	1:27:33	Patrick Küpper		1:16:02
1999	Ulrike Steeger	1:27:35	Lieven van Severen / B		1:13:11
2000	Ulla Rosen	1:24:24	Lieven van Severen / B		1:13:21
2001	Astrid Benöhr	1:32:57	Olaf Möller		1:11:53
2002	Ulla Rosen	1:26:31	Frederique de Coninck / B		1:12:28
2003	Annette Weiss	1:24:30	Sasa Perisic		1:13:47
2004	Birgit Lennartz	1:19:46	Sasa Perisic		1:13:48
2005	Stefanie Glasenapp	1:35:27	Frank Röttgen		1:18:05
2006	Sigrid Zündorf	1:34:05	Bernd Bücheler		1:16:10
2007	ausgefallen - Sturm „Kyrill“		ausgefallen - Sturm „Kyrill“		
2008	Theresa Körtgen	1:28:28	Detlef Ellebrecht		1:12:53
2009	Jaqueline Funke	1:35:34	Andrej Bullach		1:18:14
2010	Marion Eschweiler	1:29:21	Martin Koller		1:15:46
2011	Jutta Schmitz	1:33:06	Sebastian Leins		1:14:07
2012	Rike Westermann	1:24:23	Christoph Leisner		1:14:20
2013	Jaqueline Funke	1:29:01	Sebastian Leins		1:18:28
2014	Jaquelline Funke	1:29:09	Dennis Klusmann		1:16:50
2015	Liz Roche / IRL	1:28:21	Dennis Klusmann		1:14:30

Sieger – Legende Königsforst-Marathon RUN GREEN

1973	Lucia Preusker	4:08:00	**Helmut Urbach**	**2:25:46 SR**
1974	nicht durchgeführt		nicht durchgeführt	
1975	Grete Meschede	3:20:42	Helmut Urbach	2:28:00
1976	Grete Meschede	3:20:58	Jozef Rombourse	2:29:44
1977	Marlene Spira	3:31:30	Helmut Urbach	2:31:02
1978	Gertrud Lorenz	3:23:36	Clovis Morales	2:33:40
1979	Margret Zeihe	3:45:12	Georg Stock	2:35:30
1980	Gertrud Wollenberger	3:17:25	Alfons Everz	2:31:44
1981	fehlt leider		Klaus Krämer	2:29: 29
1982	Ursula Koether	3:16:10	Jaques Smeets	2:34:35
1983	Annemarie Hackhausen	3:19:41	Helmut Urbach	2:38:33
1984	Marion Keutgen	3:10:06	Helmut Urbach	2:36:21
1985	Helga Weinbrenner	3:12:58	Martin Lüchtefeld	2:33:26
1986	Sonja Mero	3:16:14	Harald Sakowski	2:32:52
1987	Ursula Koether	3:22:17	Georg Stock	2:38:38
1988	Lilo Köllen	3:11:18	Christoph Kraeber	2:35:40
1989	Mausi Gantenbein	3:22:43	Heinz-Josef Fetten	2:39:35
1990	Angelika Böttcher	3:05:49	Burkhard Lennartz	2:34:29
1991	Gisela Schneider-Endroweidt	3:09:00	Ralf Kraus	2:43:11
1992	Ulrike Steeger	3:21:54	Ralf Kraus	2:36:02
1993	Ulrike Steeger	3:12:49	Burkhard Lennartz	2:33:24
1994	**Birgit Lennartz**	**2:53:32 SR**	Ernst Brüssel	2:38:11
1995	Astrid Benöhr	3:08:42	Burkhard Lennartz	2:42:50
1996	Birgit Lennartz	3:09:53	Burkhard Lennartz	2:46:39
1997	Nicole Kresse	2:57:28	Arne Hauser	2:43:18
1998	Birgit Kieven	3:11:44	Peter Marke	2:43:22
1999	Astrid Benöhr	3:14:53	Holger Schieberle	2:38:03
2000	Ulrike Steeger	3:19:19	Martin Lohbreyer	2:47:11
2001	Ulrike Steeger	3:21:42	Ger Bodelier	2:40:58
2002	Astrid Benöhr	3:21:50	Dr. Uwe Totzke	2:42:49
2003	Astrid Benöhr	3:14:58	Ernst Brüssel	2:53:13
2004	Carmen Otto	3:19:43	Felix von Witsch	2:48:19
2005	Susanne Beisenherz	3:36:18	Jochen Kümpel	2:51:43
2006	Irina Kretschmann	3:13:14	Dr. Ralph Hettrich	2:53:08
2007	ausgefallen - Sturm „Kyrill“		ausgefallen - Sturm „Kyrill“	
2008	Birgit Lennartz	3:17:36	Frank Dietrich	2:47:40
2009	Anne Staeves	3:22:53	Uwe Jungbluth	2:41:56
2010	Karin Meuser	3:31:53	Philipp Nawrocki	2:49:53
2011	Gudrun Schyns	3:27:22	Frank Hardenack	2:49:05
2012	Annabel Diawuoh	3:21:48	Jochen Kümpel	2:53:49
2013	Antje Möller	3:10:50	Till Schramm	2:41:37
2014	Annabel Diawuoh	3:20:13	Sascha Velten	2:49:34
2015	Carmen Otto	3:19:12	Moritz Kufferath	2:47:04



24.04. 13. Kirschblütenlauf mit Firmenwertungen

Eine ideale Mischung aus Stadt- und Naturlauf. 1250 Läufer waren in 2015 bei diesem Laufspektakel dabei. Die Strecken über 5 km und 10 km mit Firmenwertung sind kurzweilig und schnell. Ein sportliches Highlight im Herzen von Refrath für die ganze Familie. **www.kirschbluetenlauf.de**

20.05. 8. Ortskernlauf Lindlar www.lindlar-laeuft.de

Wer einen beschaulichen Volkslauf in der bergischen Gemeinde erwartet, wird spätestens beim Eintreffen staunen: XXL- Bühne, Großbildwände mit Live-Übertragung ! des Renngeschehens, Markt, Musik und Moderation. Rund 1600 Aktive sorgen für Stimmung. Profilierte Strecken über 2, 4 und 10 km. Einmalige Auszeichnung: Finisher-Medaille aus Grauwacke.

26.06. 6. Vilkerather Viertelmarathon www.viertelmarathon.de

Ein klassischer Volkslauf zwischen Agger und Wasserburg. Zum Lauf der krummen Strecken gehört auch de Achtelmarathon, liebevoll organisiert vom Lauftreff des SC Vilkerath. **100% bergisch - 100% flach - 100% Vilkerath**

15.06. 16. EVL-HalbMarathon in Leverkusen

Eine runde Sache in Leverkusen mit neuer Streckenführung vorbei am Bay-Arena und durch den reizvollen Neuland-Park am Rhein – Lauferlebnis pur. Mit dem Start um 8.45 Uhr wird parallel auch der EVL-10er gestartet. Infos und Anmeldung unter **www.leverkusen-halbmarathon.de**

09.09. 21. Bergischer Gladbacher StadtLauf www.stadtlauf-gl.de

Der GL-Stadtlauf ist die stimmungsvolle Ouvertüre zum Stadtfest Anfang September. Rund 700 Läufer starten über 10 km auf dem 3 ½ Rundenkurs mit Start und Ziel auf dem Marktplatz

23.10. 31. Refrather Herbstlauf www.tvr-running.de

Der Klassiker in der Laufszene: auf einer vermessenen und windgeschützten Strecke im Königsforst kann man im Herbst noch seine Bestzeit über 5 km, 10 km und Halbmarathon verbessern. Gelaufen wird auf festen und asphaltierten Waldwegen

06.11. 12. Bensberger Martinilauf www.bensberger-martinilauf.de

Der neue 10 km lange Rundkurs ist vielfach gelobt worden. Er führt durch das Milchborntal, den Park von Schloss Lerbach, idyllische Ortschaften und durch das profilierte Naturschutzgebiet Hardt. Start und Ziel sind im Park des Grandhotels Schloss Bensberg.

Laufen wird belohnt!

Wir bieten Läufern eine kompetente und unabhängige Beratung in den Bereichen:

- Private und betriebliche Altersvorsorge
- Berufsunfähigkeits-Schutz
- Private Krankenversicherung
- Viele weitere Vorsorgeprodukte

„Das Team der Marathon Finanz AG berät Sie fair, individuell und kompetent."

Ihr Dr. Michael Ziegler

Internet: www.marathon-finanz.de
E-Mail: info@marathon-finanz.de
Telefon: 0221 - 430 58 34

Besonderes PLUS für Läufer

Wir bieten Preisvorteile gegenüber den herkömmlichen Tarifangeboten. Viele Läufer aus dem Spitzen- und Breitensport sind bereits unsere Kunden. Testen auch Sie uns!

Marathon Finanz AG
Mehr Werte für Läufer

NEU – die Königsforst-Medaille
Für alle Marathon- und Halbmarathon-Läufer lassen wir eine attraktive Finisher-Medaille prägen. Das 2016er Motiv ist der Kopf eines Rotmilans. Auf der Rückseite ist Platz für eine persönliche Gravur. My Laser Design wird euch auf Wunsch in der Halle euren Namen und eure Laufzeit für 8,- Euro vor Ort in die Medaille gravieren.

NEU

das Königsforst-Finisher Shirt
Erstmals könnt ihr euch ein hochwertiges Finisher-Shirt direkt mit der Online-Anmeldung bestellen. Für Läuferinnen gibt es ein extra Damenshirt ab Größe XS. Das Funktions-Shirt (Farbe: lime green ist im Original heller) ist ein Marken-T-Shirt, hergestellt in Europa mit EU-Standards. Der Kaufpreis in Höhe von 16,- Euro wird mit der Startgebühr per Sammellastschrift abgebucht. Zu den Vorbestellungen werden für Kurzentschlossene Finisher-Shirt zum Kauf angeboten – aber nur so lange der Vorrat reicht…

Die Ausgabe erfolgt bei Abholung der Start-Nummer in der BASt-Halle.

Wir unterstützen den
42. Königsforst-Marathon 2016

Stark für Sie...
Bensberger Bank
www.bensberger-bank.de

Bensberg
Moitzfeld - Servicefiliale
Refrath - Servicefiliale - Kompetenzzentrum
Bensberg - Schlossstraße - Servicefiliale - Kompetenzzentrum
Bensberg - Kölner Str. - Servicefiliale

4 x kompetent beraten

Ihre Wahl:
0 22 04 - 40 10

Neuer Charity-Partner: die Bergische Greifvogelhilfe
Die Bergische Greifvogelhilfe ist eine Auffangstation für verletzte Greifvögel und Eulen. Geleitet wird diese von Dirk Sindhu, der schon seit vielen Jahren ehrenamtlich verletzte Greifvögel gesund pflegt, um diese wieder auszuwildern. Ihm zur Seite steht ein Team ehrenamtlicher Helfer, die ihn bei den anfallenden Arbeiten unterstützen.

Hierzu gehören insbesondere:

- Beschaffung von Futtermitteln
- Pflege der verletzten Tiere, sowie deren medizinische Versorgung
- Fahrten zum Tierarzt
- Auswildern der gesunden Vögel
- Bau, Instandhaltung und Pflege der Volieren

Wir werden Dirk Sindhu in seiner ehrenamtlichenTätigkeit finanziell unterstützen. Auch am Lauftag sammeln wir für die Bergische Greifvogel-Station in Rösrath. Wir hoffen auf eine großzügige Spende für die Rettung von Greife und Eulen. Wer mehr wissen möchte, findet Informationen und Kontaktdaten auf der Webseite:

www.bergischegreifvogelhilfe.de

Der Königsforst-Marathon ist neues Mitglied der GRR
Seit 2015 ist der „KFM" Mitglied der German Road Races. Das TV Refrath running team erhofft sich im Kreise namhafter Straßenlauf-Veranstalter eine bessere Werbung. Die GRR wird vom Berlin-Marathon Gründer Horst Milde und von Wilfried Raatz aus Darmstadt organisiert. Viele Aktuelle Berichte und Infos findet ihr auf
www.germanroadraces.de

German Road Races

Wir helfen hier und jetzt.
ASB
Arbeiter-Samariter-Bund
Menschen helfen. Leben retten.
Als Rettungsassistent/in oder Rettungssanitäter/in beim ASB Bergisch Land.
Für die Probleme der Welt gibt es Krisengipfel. Für die Probleme in der Region uns.
Der Rettungsdienst des ASB Bergisch Land.
Arbeiter-Samariter-Bund
RV Bergisch Land e.V.
Hauptstraße 86
51465 Bergisch Gladbach
Telefon (02202) 9 55 66-0
info@asb-bergisch-land.de
www.asb-bergisch-land.de
GREAT PLACE TO WORK®
BESTE ARBEITGEBER GESUNDHEITSWESEN
2013

SCHWAMBORN
Tief- und Straßenbau GmbH
• Abbruch
• Erdarbeiten • Kanalarbeiten
• Außenanlagen • Pflasterungen
Ernst-Reuter-Str. 17 • 51427 Bergisch Gladbach
Telefon: 0 22 04/6 67 98

alle Fotos: www.foto-team-mueller.de

42. Königsforst-Marathon

Durchstarten mit bergischer Energie

Wir unterstützen den regionalen Sport. Denn wo Energie zählt,
sind wir dabei. Nicht nur mit einer zuverlässigen Energieversorgung.

Mehr über uns erfahren Sie unter **www.belkaw.de**

Aktiv im Bergischen. **BELKAW**