



25. Gifhorner Landkreislauflauf

Gewidmet dem langjährigen Organisator Martin Pahl

**Am Samstag, den 18. Januar 2020, Start: 8:00 Uhr;
von Hoitlingen über Gifhorn nach Steinhorst.**

Seit 1996 gibt es den Gifhorner Landkreislauflauf. Organisiert durch ein Team unter Leitung von Martin Pahl hat er immer mehr Freunde gefunden, die zum Teil weite Wege auf sich nehmen, um unter winterlichen Bedingungen die Herausforderungen einer bis zu 66 km langen Strecke anzunehmen.

Martin ist leider im Sommer 2019 verstorben, doch der Lauf wird weiterleben unter den von ihm maßgeblich erarbeiteten und bewährten Bedingungen.

Man muss nicht die gesamte Strecke laufen, sondern jeder kann für sich einen geeigneten Streckenabschnitt wählen. Gerade das macht den besonderen Reiz des Landkreislauflaus aus. Wir laufen mit einem Tempo von etwa 6:15 min pro km.

Das Läuferfeld wird begleitet von mehreren Fahrzeugen, in denen man Teilstrecken fahren kann und die Taschen, Rucksäcke und andere persönliche Dinge transportieren.

In Abständen von etwa 5 km wird an einer Verpflegungsstation gestoppt, wo es warme und kalte Getränke und etwas Obst gibt. Für darüber hinausgehende Nahrung muss jeder selbst sorgen.

Jeder Teilnehmer erhält nach dem Lauf per e-mail eine Urkunde, sofern er das möchte und sich in die Teilnehmerliste einträgt; wer die gesamte Strecke läuft, wird mit einer Medaille ausgezeichnet.

Der Lauf ist nicht beim NLV angemeldet und damit nicht versichert, jeder läuft auf eigene Gefahr. Auch für Gepäck und Ausrüstungsgegenstände, die wir in den Begleitfahrzeugen transportieren, können wir keine Haftung übernehmen.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, jeder kann an beliebigen Punkten der Strecke dazu kommen und an beliebigen Punkten wieder aussteigen. Es wird kein Startgeld und keine Teilnahme-Gebühr erhoben, wir bitten aber um eine kleine Spende, weil wir einige Kosten haben. (Fahrzeuge, Getränke, Suppe, ...) Obwohl man sich nicht anmelden muss, ist es für uns hilfreich, wenn jeder, der teilnehmen will, dies (per E-Mail) bei mir vorher ankündigt.

**Der 25. Lauf am 18. Januar 2020 startet
um 8:00 Uhr am Sportplatz in Hoitlingen,**

wir laufen an Jembke vorbei bis Bokensdorf, überqueren den Elbeseitenkanal und erreichen über Dannenbüttel nach der HM-Distanz das Schloss in Gifhorn. Auf den nächsten 2 Dritteln der Gesamtstrecke kommen wir nur durch wenige Dörfer, wir laufen überwiegend durch die Landschaft des nördlichen Kreisgebietes. Eine kleine Besonderheit ist dabei der „Heilige Hain“ bei Betzorn, wohl die schönste Heidefläche im ganzen Landkreis.

Bei Mahrenholz müssen wir über die B4 und haben es dann nicht mehr weit bis Steinhorst. Dieser 2. Abschnitt der insgesamt rund 63,5 km langen Strecke entspricht ziemlich genau der Marathon-Distanz.

In Steinhorst können wir in der Turnhalle der Grundschule duschen und anschließend im Haus der Gemeinde noch eine Weile bei Getränken und einer (fleischlosen) Kartoffelsuppe zusammensitzen.

Nach Bedarf bieten wir vor und nach dem Lauf einen **Shuttle-Service** an. Für diejenigen, die diesen Service in Anspruch nehmen möchten, ist aber eine **vorherige Anmeldung mit dem entsprechenden Transportwunsch** notwendig. Wir haben natürlich keine unbegrenzten Kapazitäten und können kein Rundumsorglos-Paket anbieten, aber in den Vorjahren hat es immer ganz gut geklappt.

Den genauen Streckenverlauf, den zugehörigen Zeitplan sowie weitere Infos findest Du auf unserer Website: www.Lagemann-Meine.de/Landkreislauflauf

Wir danken dem Landrat Dr. Ebel für die Schirmherrschaft, der SG Papenteich für die Zurverfügungstellung eines Kleinbusses, der SG Hankensbüttel für die Duschmöglichkeit, der Gemeinde Steinhorst für die Nutzung des Hauses der Gemeinde sowie dem REWE-Markt Bornemann in Meine für einen Karton Bananen.

