

Die pure  
Kraft der  
Rhön



[www.foerstina.de](http://www.foerstina.de)

# 10. Milseburger Herbstlauf für Nordic-Walker Trailrunner & Wanderer



**Danzwiesen-Milseburg**  
**Sonntag, 24. Sept. 2023**

Anmeldung, Auskunft, Ausrichter:

**mack**  
MOUNTAIN-SPORT

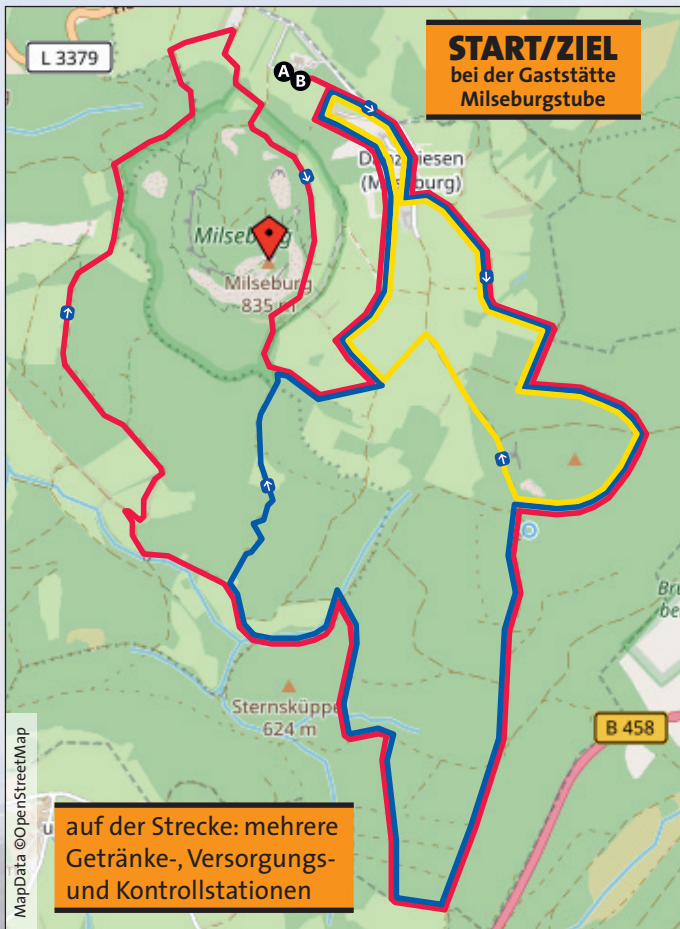
36100 Petersberg-Margrethenhaun  
Am Keitenwall 13 (Richtung Hofbieber)  
Tel. (06 61) 9 62 96 21 • Fax 9 62 96 22  
[www.mack-mountain-sport.de](http://www.mack-mountain-sport.de)

**MILSEBURG**  
*Stube*  
by Uns Uwe

Gangolfsweg 1 • 36145 Hofbieber-Danzwiesen  
Telefon: 0 66 57-60 85 65 • [www.milseburgstube.de](http://www.milseburgstube.de)

# 10. Milseburger Herbstlauf für Nordic-Walker Trailrunner & Wanderer

Sonntag, 24.09.2023 · Start 11.00 Uhr  
 Laufstrecken: 4.5 km, 8.5 km und 11 km



Tolle Laufstrecken durch eine wunderschöne Landschaft!

- ca. 4,5-km-Strecke (Höhendifferenz: 45 m)
- ca. 8,5-km-Strecke (Höhendifferenz: 146 m)
- ca. 11-km-Strecke (Höhendifferenz: 194 m)

- Ort:** Milseburg - Danzwiesen,
- Termin:** Sonntag, 24. September 2023
- Start/Ziel:** Gasthaus Milseburgstube, unterhalb der Milseburg (keine Duschmöglichkeit)
- Startzeit:** 11.00 Uhr gemeinsamer Start  
gemeinsames Aufwärmen mit Musik um 10.45 Uhr
- Zielschluss:** 14.15 Uhr (ab ca. 14.30 Uhr Tombola)
- Strecken:** drei tolle Strecken mit ca. 4.5 km, ca. 8.5 km und ca. 11 km  
Die 4,5 km Strecke ist mit Kinderwagen begehbar.  
Kostenlose Streckenverpflegung mit Getränken von Förstina und Obst von tegut...



### Wichtig: Der Umwelt zuliebe...

Es gibt **keine Plastikbecher**, daher besteht die Möglichkeit einen **nachhaltigen Becher (0,25l)** mit Karabinerhaken für nur 2,- € zu erwerben.

- Startgeld:**

Kinder bis 14 Jahre	frei
Jugendliche + Erwachsene	4,- €
Gruppen + Teams ab 5 Personen	3,- € pro Person

- Anmeldung:** Einzelstarter: kommen einfach vorbei.  
 Teams: bis **19.09.2023** voranmelden unter [www.mack-mountain-sport.de](http://www.mack-mountain-sport.de) oder Formulare telefonisch bzw. per Fax anfordern.  
 Tel. (06 61) 9 62 96 21, Fax (06 61) 9 62 96 22  
**Nachmeldungen sind möglich!**



Unter allen teilnehmenden Teams werden bei der Tombola drei Gutscheine für eine betreute Aktiv-Tagestour verlost.

Die drei Gruppen/Teams mit den meisten Teilnehmern erhalten Sonderpreise.

- Teilnahmekarten-Ausgabe:** Sa. 23.09. von 10–15 Uhr bei Mack-Mountain-Sport oder So. 24.09. bis 10.30 Uhr an der Milseburgstube

- Essen & Getränke:** Das Team der Milseburgstube erwartet Sie mit einer Kaffee- und Kuchentheke sowie leckeren Gerichten.

- Tombola:** Ziehung der Preise, auch von „2x aktiv“, ist um ca. 14.30 Uhr. **Gewinne werden nur an anwesende Teilnehmer und Teams ausgehändigt.** Eine Barauszahlung der Gewinne ist nicht möglich. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

- Anfahrt Milseburg:** Navi: Danzwiesen od. 36145 Hofbieber, Gangolfsweg 1

Mit freundlicher Unterstützung von:

