

# Castle-Run Frankensteinlauf



Am Faschingsdienstag (21. Februar 2012) findet der traditionelle Frankensteinlauf statt. Anschließend ist gemütliches Beisammensein im TuS-Heim. Gäste sind willkommen.

Zur Gruppen- und Starteinteilung, bitten wir um eine formlose Anmeldung mit folgenden Angaben: Name, Startort und Gruppe.

Meldung an [frankensteinlauf@tus-griesheim.de](mailto:frankensteinlauf@tus-griesheim.de)

Heinz Heitzenröder 0177 965 00 12

Thomas Zöllner 06155 4040

Folgende Startzeiten sind vorgesehen:

## Start 1 - TuS Stadion:

Gruppe 1 - ca. 5.50-6.00min/km - 15.15 Uhr  
Gruppe 2 - ca. 5.15-5.25min/km - 15.30 Uhr  
Gruppe 3 - < 5min/km - 15.45 Uhr  
Ziel Frankenstein 14 km  
Ziel Eschollbr. Str. 23 km  
Ziel TuS Stadion 28 km

## Start 2 – Eschollbrücker Straße

Gruppe 1 - ca. 5.50-6.00min/km - 15.45 Uhr  
Gruppe 2 - ca. 5.15-5.25min/km - 15.55 Uhr  
Gruppe 3 - < 5min/km - 16.10 Uhr  
Ziel Frankenstein 9 km  
Ziel Eschollbr. Str. 18 km  
Ziel TuS Stadion 23 km



Trainingsläufe in Griesheim  
Dienstag 18.00 Uhr  
Donnerstag 17.30 Uhr  
Treffpunkt: TuS Stadion



14. Oktober 2012



1. April 2012

Deutsche Straßenlaufmeisterschaften

Halbmarathon

15. April 2012

Griesheim



16. Mai 2012



GRIESHEIMER  
STUNDENLAUF

8. August 2012



GRIESHEIMER  
MERCK-ZWIEBELMEILE

23. September 2012



GRIESHEIMER  
SILVESTERLAUF

31. Dezember 2012