



**Välkomna till den
Welcome to
Willkommen in**



**HALLANDS
VANDRARSÄLLSKAP
www.vandrare.com**



**38:e
internationella
LAXMARSCHEN**



25 - 27 MAJ 2012



**i Halmstad
Sweden**



**Medlem av
Nordisk Vandrarbukett**

Der LAX-Marsch 25 - 27 Mai 2012 Zum 38. Mal

Es gibt viele Arten und Weisen den Körper in guter Form zu halten. Sich durch Spaziergänge und Wanderungen zu bewegen ist eine Weise die einen viel mehr gibt als man je gedacht hat.

Kamaradschaft, Spannung und Lebensfreude
Bewegungsgang und lange Spaziergänge sind bestimmt einer der billigsten Sporte die man ausüben kann da nur ein Paar Schuhe guter Qualität und gewöhnliche Kleider für das Leben im Freien gebraucht werden. Alle können mitmachen. Beim LAX-Marsch kann man die nachstehenden Strecken wählen. Es handelt sich um abwechselnd schmale Wege und Spazierwege wo wir die grossen Wege vermeiden. Verschiedene Strecken Freitag (Stadttour), Samstag und Sonntag. Die Bahnen entlang gibt es Rastplätze und Stationen mit Flüssigkeiten. Hier bieten wir einfacheres Essen und Trinken an, was im Pries einbegiffen ist.

Strecke	Startgeld	Medaille/Diplom
10 + 2 x 30 km	SEK 240	Medaille/Jahreszeichen
2 x 30 km	SEK 220	Medaille/Jahreszeichen
30 km	SEK 100	Diplom
10 + 2 x 20 km	SEK 170	Plakett
2 x 20 km	SEK 150	Plakett
20 km	SEK 70	Diplom
3 x 10 km	SEK 100	Plakette
2 x 10 km	SEK 80	Plakette
10 km	SEK 40	Diplom
Nur IVV-Stempel	SEK 20:-/tag	
Übernachten	SEK 40:-/nacht	
Frühstück, Samstag	SEK 50:-	
Frühstück, Sonntag	SEK 50:-	
LAX-Party, Samstag	SEK 100:-	

Voranmeldung spätestens am 1. Mai 2012

Nur die was vorangemeldet sind können Frühstück und Übernachtung in unserer Schlafsack-Einquartierung garantiert werden. (Schlafsack und Schlafmatte nicht vergessen!).

Anmeldung beim Start

Anmeldung kann auch am Starttag im Sekretariat gemacht werden. Voranmeldung und Startgeld soll mit Postgiro Zahlkarte an uns gezahlt werden. Bitte gewünschten Service angeben.

Postgiro 81 33 64 – 7

Hallands Vandrarsällskap
c/o Rackbor,
Måsvägen 83
S-312 61 Mellbystrand

Marschvorschrift

Teilnahme auf eigene Gefahr. Für Teilnehmer die den Marsch abbrechen wird Transport zum Ziel besorgt. Allgemeine Verkehrsvorschriften sind gültig.

Platz für Start und Ziel

Die Brunnsåkersschule in Halmstad beim Flygargatan.

Startzeiten

Freitag: kurze Bahn 10 km Start 18.00-19.00
Samstag: lange Bahn 30 o 20 km Start 08.00-09.00
kurze Bahn 10 km Start 09.00-11.00
Sonntag: lange Bahn 30 o 20 km Start 08.00-09.00
kurze Bahn 10 km Start 09.00-11.00.

Bitte beobachten! Samstag und Sonntag können 40 km gewandert werden. Start 06.00-07.00. (Besonders für die was für den Nijmegenmarsch trainieren).

Startkarte

wird im Sekretariat abgeholt. Bei Voranmeldung bitte Quittung vorzeigen.

Rastplätze

(Café Röda Kängan = Café der rote Stiefel) Auf der 30 km Bahn gibt es zwei Rastplätze und auf der 20 km Bahn gibt es einen Rastplatz, wo wir einfacheres Essen und Trinken servieren. Ausserdem wird es nach Bedarf Stationen mit Flüssigkeiten geben.

Einquartierung

in der Turnhalle wird vom Sekretariat angewiesen. Schlafsack und Schlafmatte mitbringen.

Verpflegung

Frühstück wird die Marschstage zwischen 07.00-08.30 in der Cafeteria serviert. Im übrigen ist die Cafeteria so wie das Sekretariat offen.

Verschiedenes

Mannschaftspreis für mindestens 10 Teilnehmer. Muss spätestens am 1. Mai vorangemeldet werden.

Sekretariat

Die Marschstage in die Brunnsåkersschule
Tel. +46 (0)35 13 86 70

Öffnungszeiten: Freitag 18.00 - 22.00
Samstag 06.00 - 17.00
Sonntag 06.00 - 17.00.

Übrige zeit: +46(0)430 273 15 oder +46(0)35 22 01 55

Information

E-mail: laxmarschen@hotmail.com

Homepage: www.vandrare.com

Der 39. LAX-Marsch wird in Halmstad 24 - 26 Mai 2013 durchgeführt