

RheinRuhrMarathon 10. Mai 2026

Helferzettel Rückmeldung an k.stechow-lcd@t-online.de oder 0160-3420496

Name,Vorname:

Kontaktdaten:

Vorbereitung Startunterlagen und packen Starterbeutel 05.05.2026 Schauinsland-Reisen-Arena 17 Uhr

☐ Startunterlagen

☐ Starterbeutel

Ausgabe Startunterlagen

☐ 09.05.2026 10 – 15 Uhr

☐ 09.05.2026 14 – 19 Uhr

☐ 09.05.2026 10 – 19 Uhr

☐ 10.05.2026 06 – 11 Uhr

Zielbereich

☐ Aufbau 09.05.2026 13.00 Uhr

☐ Zieleinlauf 10.05.2026 07.00 Uhr

☐ Abbau 10.05.2026 ca 14.00 Uhr

☐ Getränke 10.05.2026 07.30 Uhr

☐ Aufbau Shirt 09.05.2026 13.00 Uhr

☐ Shirtausgabe 10.05.2026 07.30 Uhr

Kuchenstand

☐ Aufbau 09.05.2026 14.30 Uhr

☐ Verkauf 10.05.2026 06.30 Uhr

☐ Abbau 10.05.2026 16.00 Uhr

☐ Kuchenspende

Helfershirt

S M L XL

☐ ☐ ☐ ☐