



Vorbereitungskurs auf den Silvester Tecklauf

Wir machen dich fit für den Silvesterlauf auf die Teck!

Du möchtest beim Silvesterlauf auf die Teck dabei sein, weißt aber nicht, wie du das angehen sollst, wie du dich darauf vorbereiten kannst und welche Tipps dir dabei helfen könnten?

Dann ist unser **Vorbereitungskurs** vielleicht genau das Richtige für Dich. Gemeinsam und mit viel Freude bereiten wir uns gemeinsam auf dieses tolle Event vor.



Start: Mittwoch, den 28. Oktober 2026 um 18:30 Uhr



Uhrzeit: Jeden Mittwoch um 18:30 Uhr (10 Termine) und ab dem 08. November jeden Sonntag um 10 Uhr (8 Termine)



Treffpunkt: Parkplatz Schloß-Gymnasium an der Skateanlage



Zielgruppe: LäuferInnen die bereits ca. 10 km im Wohlfühltempo laufen können



Ziel: Den Silvesterlauf in ca. 2,5 Stunden erfolgreich absolvieren

Was dich erwartet:

- Gemeinsames **Laufenerlebnis** und **Spaß** in der Gruppe
- Tipps von **erfahrenen LäuferInnen**
- **Abwechslungsreiche** Laufseinheiten
- **Sukzessive Steigerung** von ca. 10 km auf 16 – 18 km mit Berg-Einheiten

Warum mit uns?

- Als Veranstalter und jahrelanger Teilnahme sind wir die Profis für den Silvesterlauf
- Leitung durch ausgebildete Lauf- und Walking Experten
- Der Einstieg in unseren Lauftreff steht dir jederzeit ergänzend zur Verfügung - auch vor unserem Vorbereitungskurs oder als Schnupperangebot
- Du bist dir unsicher oder hast noch Fragen? Melde dich einfach – wir sind für dich da!

Der Kirchheim Lauftreff steht für gemeinsames Laufen – Laufen macht Spaß und fördert die Gesundheit und Vitalität – werde jetzt gemeinsam mit uns aktiv!

Kosten:

- 50 € auf Spendenbasis

Anmeldungen bis zum 18. Oktober 2026, begrenzte Teilnehmerzahl

per E-Mail: lauftreff-kirchheim@gmx.de / Alexander Rehm, Leiter Lauftreff

Homepage: <https://www.vfl-kirchheim.de/lauftreff/>



Silvester Tecklauf

Silvesterlauf auf die Burg Teck ... und wieder zurück

Traditionell fällt der Startschuss am Silvester um 15:00 Uhr (für Frühstarter zusätzlich um 14:30 Uhr) am Kirchheimer Rathaus. Die Gesamtstrecke ist ca. 18 Kilometer lang, mit einem Höhenunterschied von 464 Höhenmetern. Die Strecke verläuft dabei zu 80 % auf Asphalt und befestigten Wegen, jedoch teils auch über naturbelassene und unebene Passagen. Die Teilnehmer sollten eine solche Strecke in nur 2 Stunden Laufzeit gut bewältigen können.

Vor dem Start:

Eine Ablagemöglichkeit für Kleidung und Taschen gibt es im Rathaus. Es kann auch Wechselkleidung (Shirt, Jacke etc. in einer Tüte mit Namen versehen) vor dem Start am dort bereitstehenden PKW deponiert werden zum Transport zur Verpflegungsstation am Hörnle. So besteht die Möglichkeit, dort die Kleidung zu wechseln.

Am Rathaus gibt es einen Infostand.



Wichtig sind dem Wetter und dem Höhenunterschied angepasste Kleidung und Schuhe! Im Stadtgebiet Kirchheim und in Dettingen unbedingt die Gehwege benutzen. Zuschauer und Verkehr beachten! Rücksicht nehmen! Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung. Der Teilnehmer läuft auf eigene Gefahr!



Wir danken unseren Sponsoren!



Streckenführung / Ablauf:

Zunächst vom Rathaus zum Gaiserplatz - die Dettinger- und Kirchheimer Straße entlang bis nach Dettingen - durch die Straßenunterführung zum Hallenbad - über den Ho-Chi-Minh-Pfad erfolgt der Aufstieg zum Hörnle - vorbei an der Verpflegungsstation - und weiter nach oben bis in den Burghof der Teck.

Rückweg:

Nach kurzer Verschnaufpause, spätestens jedoch um 16:00 Uhr, geht es wieder hinunter bis zum Hörnle. Hier gibt es erneut heißen Tee und es besteht die Möglichkeit, die Kleidung zu wechseln. Die Absteigs-Strecke und der Rückweg nach Kirchheim sind identisch mit der des Aufstiegs.

Alle Teilnehmer sammeln sich dann am Gaiserplatz vor dem Parkplatz des Supermarkts. Von dort aus geht es ab 16:55 Uhr die letzten 700 m unter Begleitung von Fackelläufern des Lauftreffs bis hin zum Rathaus - zum gemeinsamen Eintreffen um 17:00 Uhr.

Am Rathaus gibt es dann Tee, Glühwein und Gebäck.

Spenden:

Ein Startgeld erhebt der Lauftreff Kirchheim traditionell nicht. Aufgestellte Spendenboxen dürfen jedoch gern ausgiebig befüllt werden, um anfallende Kosten zur Durchführung des Laufs decken zu können.

Der Lauftreff Kirchheim wünscht allen Teilnehmern einen schönen Lauf ... und ein gutes, gesundes Neues Jahr!

