



## Sauerlandpark Hemer – 06. Juni 2024

### **GEMEINSAM LAUFEN UND HELFEN !**

Die Idee des Sauerländer AOK Firmenlaufs ist es, einen sportlichen Anlass zu schaffen, um mit Freude in einer Gemeinschaft zusammenzukommen und dabei zusätzlich auch zu helfen. Etwas gemeinsam im Firmenteam zu unternehmen, etwas Gutes für sich und andere zu tun und sich dann danach darüber auszutauschen - das ist unser Ziel für Euch.

Das gemeinsame Erlebnis „Firmenlauf“ setzt schon in der Vorbereitung auf das Event neue Kräfte frei. Die Identifikation mit dem eigenen Unternehmen und der Teamgeist der Belegschaft steigen nachweislich. Hinzu kommen die Steigerung der Akzeptanz von Betrieblichem Gesundheitsmanagement sowie die Sinnesschärfung für eine gesündere Lebensweise.

Der Ort für dieses Erlebnis ist der wunderschöne Sauerlandpark Hemer mit Start/Ziel auf dem Blücherplatz und einer Strecke im und um den Sauerlandpark. Auch die ca. 6,2 km lange Strecke ist kein Zufall. Hierdurch wollen wir jedermann aktivieren, auch ohne Leistungsdruck und vielleicht sogar spontan teilnehmen zu können.

Mitlaufen kann jeder: Zum Sauerländer AOK Firmenlauf in Hemer können sich Teams von Unternehmen, Institutionen, Behörden, Verbänden, Vereinen, Hochschulen und sonstigen Einrichtungen und Organisationen anmelden – von der kleinen Ich-AG bis zum Großkonzern sind alle herzlich willkommen. Startberechtigt sind Läufer und Walker mit einer Startnummer.

Lauft zusammen, präsentiert euch im Firmentrikot, und habt Spaß. Unterstützt Euch und erlebt so Gemeinschaft. Und nach dem Lauf könnt ihr natürlich auch den wöchentlichen „Soundgarten des Sauerlandparks“ kostenfrei genießen und gemeinsam feiern.

## Termin

Donnerstag, 06. Juni 2024

## Wettbewerb

„Sauerländer AOK Firmenlauf“ über ca. 6,2 km

## Start

**Startzeit: 19:00 Uhr** — Sauerlandpark Hemer, Blücherplatz

Der Start erfolgt gemeinsam. Bitte seid so fair und stellt euch entsprechend eurer Leistungseinschätzung auf, so dass ein zügiges Überqueren der Startlinie erfolgen kann. Der Zugang in den Startbereich ist ausgeschildert. Da die Nettozeit ermittelt wird startet die Zeitmessung für jeden erst dann, wenn die Startlinie überquert wird

## Ziel

Sauerlandpark Hemer, Blücherplatz

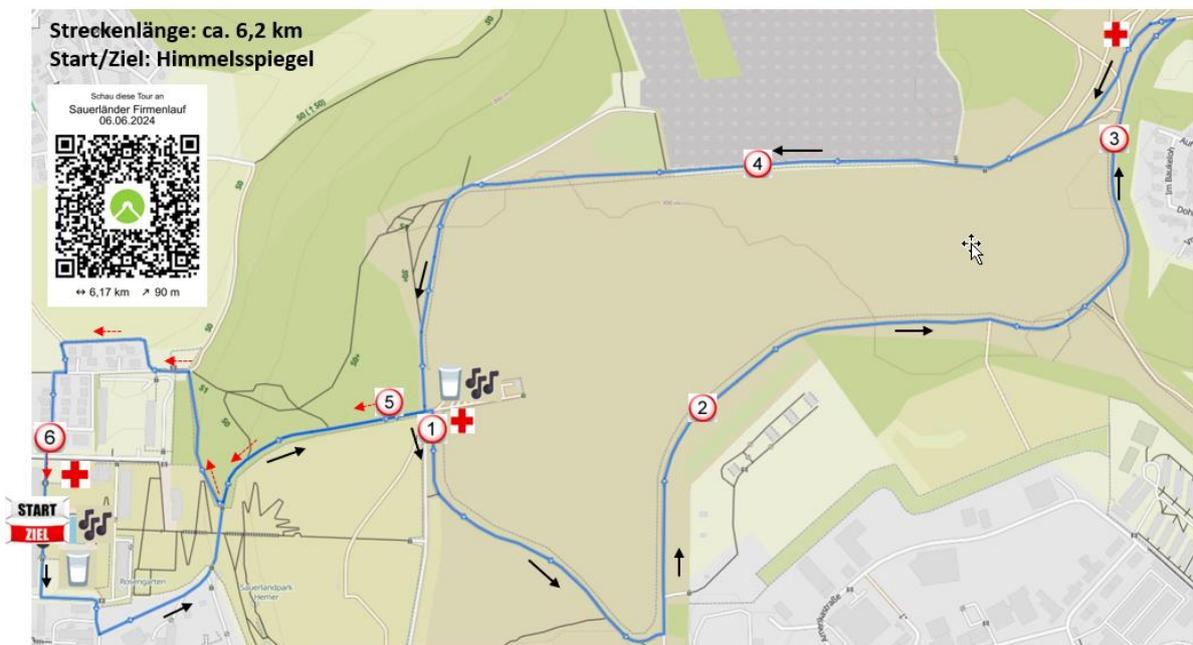
## Laufstrecke

ca 6,2 km Rundkurs rund um den Sauerlandpark und dem ehemaligen Truppenübungsgelände Deilinghofen mit Start / Ziel auf dem Blücherplatz im Sauerlandpark



# 06. Juni 2024

## Sauerlandpark Hemer



**Sauerländer Firmenlauf 06.06.2024 | Laufrunde | Bei Komoot abrufbar:**

[https://www.komoot.de/tour/1292292294?ref=wtd&share\\_token=aG5iaoN2PXX9YJ9q4LKDI PZm3HhQaRwCdVKKWnc6GhXThXjWq1](https://www.komoot.de/tour/1292292294?ref=wtd&share_token=aG5iaoN2PXX9YJ9q4LKDI PZm3HhQaRwCdVKKWnc6GhXThXjWq1)

## Verpflegungsstelle

Getränkestation bei km 1 / km 5 und im Zielbereich auf dem Blücherplatz.

## Teilnahmeberechtigung

Teilnahmeberechtigt ist jede/r, die/der die offizielle Startnummer des Sauerländer AOK Firmenlaufs besitzt und mindestens 16 Jahre alt ist. Die Startnummer ist gut sichtbar und unverändert (bitte nicht knicken!) auf der Vorderseite des Trikots zu tragen.

download „[Haftungsausschluss/Teilnahmebedingungen](#)“ zum Download

## Zeitmessung

Die Zeitmessung erfolgt elektronisch ausschließlich mit Hilfe eines am Laufschuh zu befestigenden Transponders der Fa. Davengo, Berlin (nähere Info dazu über [www.davengo.com](http://www.davengo.com)). **Ohne Transponder erfolgt keine Zeitmessung.**



Die Startnummer ist gut sichtbar auf der Brust zu tragen. Physikalische Zerstörung/Beschädigungen des Transponders führen zu einer fehlerhaften (ausbleibenden) Erfassung des Teilnehmers im Ziel. Es wird die individuelle Nettozeit ermittelt und danach die Rangfolge erstellt.

Die Strecke sollte innerhalb des Zeitlimits von 1h 30 min (eure persönliche Netto-Zeit!) bewältigt werden.

## Einzelwertung

Gesamtwertung Läufer und Läuferinnen nach Zieleinlauf online abrufbar. **Keine Altersklassenwertung und keine spezielle Prämierung !**

## Teamwertung

Pro Firmenteam können beliebig viele Teilnehmer an den Start gehen. **Je vier Starter bilden ein Firmenteam.** Die Zeiten der einzelnen Firmenteammitglieder werden addiert und bilden das Teamergebnis. Bei mehr als vier Startern erfolgt eine Wertung automatisch nach Zieleinlauf (die schnellsten Vier bilden Team 1, dann Team 2, etc.). Es erfolgt eine Teamwertung in drei Kategorien: Männerteam / Frauenteam / Mixedteam

## Ehrenpreise

Um den Charakter des Firmenlaufs gerecht zu werden findet die Vergabe von Ehrenpreisen ausschließlich für die besten Teams ( Männer / Frauen / Mixed ) der Plätze 1 bis 3 statt.

## Sonderwertung

Die Firma mit den meisten Finishern wird besonders geehrt und erhält einen Ehrenpreis.

## Ergebnisabruf / Ergebnisliste / Urkunde / Video Zieleinlauf

Der auf der Startnummer aufgedruckte QR-code ermöglicht zeitnah nach dem individuellen Zieleinlauf umgehend den Abruf des eigenen Ergebnisses.

Alle Ergebnisse ( Einzel- und Teamwertung ) sind nach der Veranstaltung im Internet unter [www.sauerländer-firmenlauf.de](http://www.sauerländer-firmenlauf.de) oder [www.davengo.com](http://www.davengo.com) abrufbar. Urkunden und Zieleinlauf-Videos werden hier auch online bereitgestellt

### **Onlineanmeldung nur durch TeamCaptain**

Online Anmeldungen können ausschließlich durch den jeweiligen TeamCaptain der Firma vorgenommen werden.

Die Startunterlagen werden automatisch ca. 1,5 Wochen vor dem Veranstaltungstermin gesamt an den TeamcCptain zur Weitergabe versandt

### **Meldefrist und Zahlungsmodalitäten**

Meldefrist endet automatisch am 13. Mai 2024. Spätbuchermeldungen sind – je nach Verfügbarkeit von Startplätzen – noch bis maximal 02. Juni 2024 möglich.

**Eine Nachmeldung am Veranstaltungstag ist nicht mehr möglich.**

### **Startplatzgebühr**

Frühbucher: 20,00 € netto\* p. P.  
bis 31. März 2024

Normalbucher: 25,00 € netto\* p. P.  
01. April bis 13. Mai 2024

Spätbucher: 30,00 Euro netto\* p. P.  
15. Mai bis max.02. Juni 2024

\* Alle Preise verstehen sich zzgl. der aktuell gültigen MwSt. sowie zzgl. Porto und Versandgebühren. Bei Spätbuchern entfällt die Versandgebühr, da diese Unterlagen n u r am Veranstaltungstag im ORGAbüro vom TeamCaptain abgeholt werden können

Buchung der Startplätze direkt über unsere Online-Anmeldung ab Dezember 2023

### **Darin sind zahlreiche Leistungen enthalten**

Startnummer inkl. Zeittransponder, Wertbon über Euro 2,00, Urkunde online zum Ausdrucken, Video-Zieleinlauf online, kostenloser Eintritt zum Soundgarten, alle Leistungen des Streckenservice inklusive Getränke im Ziel. Tritt ein/e gemeldete/r Teilnehmer/in nicht an, besteht kein Anspruch auf Erstattung der Startgebühr.

### **Teilnehmer-Präsent**

Der davengo-Zeitchip  dient nach dem Lauf als Wertmarke über Euro 2,00 und kann an einem der Bewirtschaftungsstände gegen Abgabe eingelöst werden. Eine Barauszahlung ist nicht möglich

### **Versand Startunterlagen**

Startunterlagen werden grundsätzlich postalisch an den TeamCaptain zugestellt. Ggf. abweichende Lieferanschriften werden im Zuge der Online-Anmeldung abgefragt

Die Startunterlagen werden ab dem 16. Mai 2024 für den Versand vorbereitet. Die Zustellung erfolgt dann ab 22. Mai 2024. So haben die TeamCaptains ausreichend viel Zeit für die interne Weitergabe der Unterlagen.

## **ORGAbüro/Startunterlagen**

Das ORGAbüro befindet sich im Foyer des GROHE-Forums und ist ausgeschildert.

## **Auszeichnungen**

Alle Finisher können sich eine Urkunde mit Zeit und Platzierung online im Internet über [www.sauerländer-firmenlauf.de](http://www.sauerländer-firmenlauf.de) / [www.davengo.com](http://www.davengo.com) ausdrucken. Zusätzlich kann der individuelle Zieleinlauf als Video abgerufen werden.

## **Siegerehrung**

Die Siegerehrung findet auf der Bühne des Blücherplatzes ca. um 21.00 Uhr statt.

## **Duschen / Umkleiden**

Aufgrund der großen Anzahl an Teilnehmern bestehen keine Dusch-/Umkleide-möglichkeiten.

## **Toiletten**

Toiletten befinden sich auf dem Blücherplatz und im Grohe-Forum

## **Gepäckaufbewahrung**

Die Gepäckaufbewahrung befindet sich im „GROHE-Forum“. In den Startunterlagen gibt es dazu einen Gepäckanhänger ( Abriss unter dem angebrachten Zeitchip ) an eurer Startnummer, den ihr unbedingt an das Gepäckstück anbringen müsst.

HINWEIS: Wir nehmen keine „losen“ Gegenstände, wie Mobiltelefone, Geldbeutel etc. an. Alles muss in einer kleinen Tasche oder Rucksack verstaut sein. **Die Abgabe des Gepäcks muss bis spätestens 30 Minuten vor dem Start erfolgen. Die Abholung des Gepäckstücks erfolgt gegen Vorzeigen der Startnummer und muss bis spätestens 22.00 Uhr am 06.06.2024 erfolgt sein.** Es wird keine Haftung für Gegenstände, Wertsachen, etc. übernommen. Nicht abgeholtes Gepäck kann gegen Vorzeigen der Startnummer dann in den Tagen nach der Veranstaltung im Ticketshop des Sauerlandparks noch entgegengenommen werden.

## **Sanitätsdienst**

Rettungswagen, Unfallhilfestellen sowie Sanitäter an verschiedenen Punkten der Strecke sorgen für eine ausreichende medizinische Versorgung der Teilnehmer. Alle eingesetzten Ärzte und Sanitäter sind berechtigt, Sportler/innen mit Anzeichen von Verletzungen und/oder Überanstrengung zu ihrer eigenen Sicherheit aus dem Rennen zu nehmen. Bitte beachten: Es dürfen keine ärztlichen Bedenken gegen eine Teilnahme an einem Hindernislauf vorliegen!

## **Anfahrt**

Bitte in Hemer den Hinweisschildern „Sauerlandpark Hemer“ folgen.

## **Parkplätze**

N UR auf dem Parkplatz „Verkehrswacht“ an der Sonnenblumenallee ( Schild „Verkehrswacht“ folgen ).

Die Zufahrt zum Parkplatz ist zw. 18.45 Uhr – 19.15 Uhr nicht möglich, da die Sonnenblumenallee dann Laufstrecke ist. Deshalb den Parkplatz bis spätestens 18.45 Uhr anfahren.