



Sauerlandpark Hemer – 26. Juni 2025

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. 6,1 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, 26. Juni 2025

Wettbewerb

„Sauerländer AOK Firmenlauf“ über ca. 6,1 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

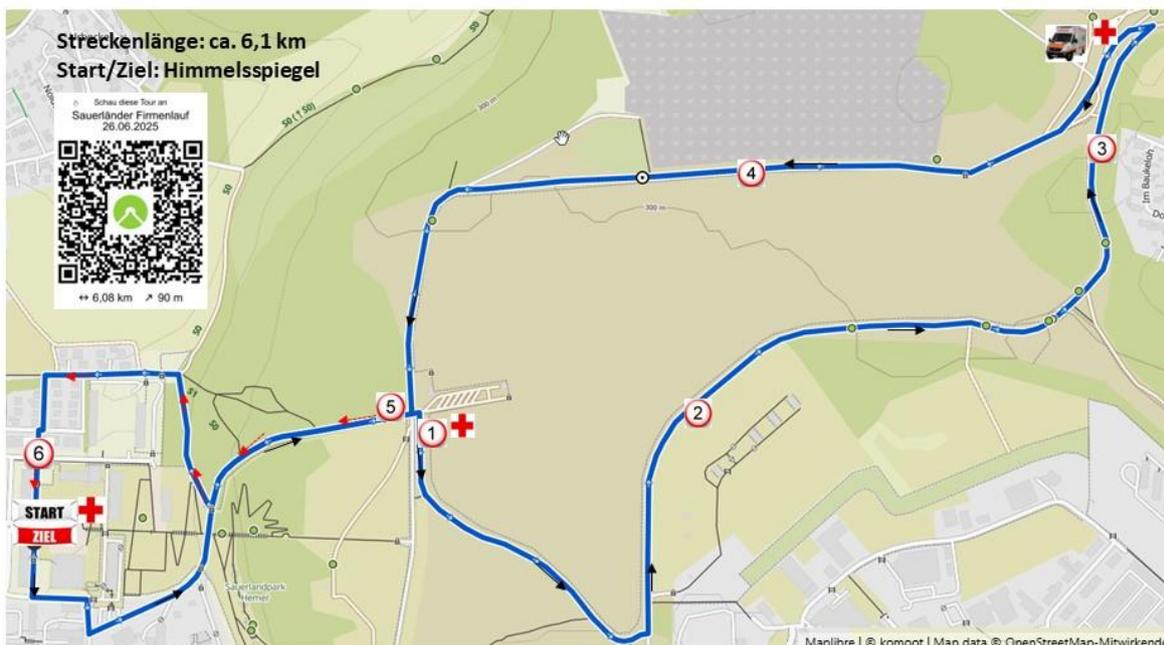
Sauerlandpark Hemer, Blücherplatz

Laufstrecke

ca. 6,1 km Rundkurs rund um den Sauerlandpark und dem ehemaligen Truppenübungsgelände Deilinghofen mit Start / Ziel auf dem Blücherplatz im Sauerlandpark



26. Juni 2025
Sauerlandpark Hemer



© DK_V1_25

Sauerländer Firmenlauf 26.06.2025 | Laufrunde | Bei Komoot abrufbar:

https://www.komoot.com/de-de/tour/1292292294?share_token=aG5iaoN2PXX9YJ9q4LKDIPZm3HhQaRwCdVKKWnc6GhXThXjWq1&ref=wtd

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). **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 oder 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 bei Anmeldung spätestens bis 02.06.2025 automatisch ca. 1,5 Wochen vor dem Veranstaltungstermin gesamt an den Teamcaptain zur Weitergabe versandt

Meldefrist und Zahlungsmodalitäten

Spätbuchermeldungen sind noch bis maximal 24. Juni 2025 möglich. Die Startunterlagen können dann am Veranstaltungstag am Infocounter im Grohe-Forum durch den Teamcaptain abgeholt werden. **Eine Nachmeldung am Veranstaltungstag ist nicht mehr möglich.**

Startplatzgebühr

Frühbucher: 20,00 € netto* p. P.
bis 28. Februar 2025

Normalbucher: 25,00 € netto* p. P.
01. März bis 02. Juni 2025

Spätbucher: 30,00 Euro netto* p. P.
03.Juni bis 24. Juni 2025

Alle Preise verstehen sich zzgl. der aktuell gültigen MwSt. sowie zzgl. Porto und Versandgebühren. Bei Spätbuchern entfällt die Versandgebühr, da diese Unterlagen nur am Veranstaltungstag im ORGAbüro vom Teamcaptain abgeholt werden können

Buchung der Startplätze direkt über unsere Online-Anmeldung ab Oktober 2024

Darin sind zahlreiche Leistungen enthalten

Startnummer inkl. Zeittransponder, 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.

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 03. Juni 2025 für den Versand vorbereitet. Die Zustellung erfolgt dann ab ca. 15. Juni 2025. 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 / 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 26.06.2025 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 einer sportlichen Laufveranstaltung 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.