



### **Willkommen beim 1. Firmenlauf Ratingen**

Der Firmenlauf Ratingen ist mehr als eine reine Sportveranstaltungen, mehr als Bestzeiten und die Jagd nach Trophäen. Beim Firmenlauf Ratingen stehen vielmehr der Spaß an der Bewegung, die Gesundheit, das Gemeinschaftserlebnis und auch die Kommunikation im Vordergrund. Beim Firmenlauf Ratingen gilt deshalb das Motto: „**Gesunde Firmen laufen länger!**“

### **Ausschreibung und Voraussetzungen zur Teilnahme am 1. Firmenlauf Ratingen**

(Ausschreibung Stand Januar 2020 – Änderungen vorbehalten, laufende Anpassungen möglich)

Kontakt:

Georg Mantyk

August-Prell-Str. 10

40885 Ratingen

Mail: [info@leichterlaufen.de](mailto:info@leichterlaufen.de)

Telefon: 0173-8444439

Termin: 25. Juni 2020

Veranstalter: Leichterlaufen.de

Ausrichter: Leichterlaufen.de

Organisation: Georg Mantyk

Rennleitung: Georg Mantyk

## **Austragungsort und Strecke**

### **Start und Ziel**

Erlebniswelt Blauer See

### **Startzeit**

25. Juni 2020 um 19:00 Uhr

Der Start des Firmenlauf Ratingen erfolgt als Massenstart, d.h. alle Teilnehmer starten zeitgleich auf Signal. Es wird Startareale für verschiedene Leistungsklassen geben.

Es wird empfohlen, sich ab spätestens 18:40 Uhr im Startbereich einzufinden. Dann findet auch ein gemeinsames warm up-Programm statt.

### **Zeitmessung**

Die Zeitmessung erfolgt individuell über einen Zeitmesstransponder in der Startnummer, der erst dann aktiviert wird, wenn der Starter über die Startlinie läuft.

In die Teamwertungen gehen jeweils die schnellsten drei Teammitglieder ein, deren individuelle Zeiten addiert werden.

### **Streckenführung**

Die Strecke hat eine Länge von circa fünf Kilometern, so dass sie jeder zurücklegen kann. Der Untergrund besteht zu 90 Prozent aus Waldwegen.

Die Strecke wird für den Lauf komplett abgesperrt.

Auf der Strecke wird es zwei Verpflegungsstände geben: einmal bei Kilometer 2,5 und im Zielbereich.

Um Staus zu vermeiden, bitten wir alle Teilnehmer, die Strecke und den Zielbereich unmittelbar nach dem Zieleinlauf frei zu halten.

Die Strecke kann nur laufend oder walkend zurückgelegt werden.

Bei den Walkern sind aus Sicherheitsgründen keine Stöcke zugelassen. Der Streckenverlauf ist unter dem Button "Strecke" in der Navigation einzusehen.

Freunde und Kollegen dürfen beziehungsweise sollen die Läufer entlang der Strecke und im Start-/ Zielbereich unterstützen und anfeuern!



## **Teilnahmevoraussetzungen und Anmeldung**

### **Teilnehmer**

Mitlaufen kann jeder: Zum Firmenlauf Ratingen können sich Teams von Unternehmen, Institutionen, Behörden, Verbänden, Vereinen, Hochschulen und sonstigen Einrichtungen und Organisationen anmelden.

Eine Mindestteilnehmerzahl pro Team ist nicht erforderlich - von der kleinen Ich-AG bis zum Großkonzern sind alle herzlich willkommen.

Startberechtigt sind Läufer und Walker.

Nordic Walker dürfen die Stöcke nicht mit auf die Strecke nehmen.

### **Teilnahmeberechtigung**

Startberechtigt sind alle Mitarbeiter von Unternehmen, Institutionen, Behörden, Verbänden, Vereinen, Hochschulen und sonstigen Einrichtungen und Organisationen, die am Veranstaltungstag mindestens 16 Jahre alt sind (16 – 18-jährige mit Einverständniserklärung eines Erziehungsberechtigten), siehe auch Teilnahmebedingungen.

### **Teilnahmebedingungen**

Bei der Anmeldung bestätigt der Team-Captain, die Teilnahmebedingungen und die Allgemeinen Geschäftsbedingungen stellvertretend für die von ihm angemeldeten Teilnehmer gelesen und akzeptiert zu haben. Hier kann man die ausführlichen Teilnahmebedingungen und die AGB nachlesen.

### **Anmeldung**

Teams können ausschließlich online unter [www.firmenlauf-ratingen.de](http://www.firmenlauf-ratingen.de) angemeldet werden. Die Anmeldung erfolgt in zwei Schritten:

1. Zuerst wird das Team unverbindlich registriert und der Team-Captain erhält ein Passwort, mit dem die Teammitglieder gemeldet und die Daten verwaltet werden können.
2. Im zweiten Schritt wird das Team kostenpflichtig angemeldet.

Als Zahlungsmethode steht nur die Überweisung nach Rechnungstellung zur Verfügung.

Nachmeldungen von Teammitgliedern sind jederzeit bis zum Meldeschluss (02. Juni 2020) möglich.

Nach dem Meldeschluss werden die Rechnungen über die Startgelder versandt.

## **Startgebühren**

(Angaben Startgebühr immer netto zzgl. ges. gelt. MwSt.)

Frühbucher I (bis 29.02.2020):  
€ 18,50 pro Teilnehmer

Frühbucher II (bis 30.04.2020):  
€ 22,50 pro Teilnehmer

Normalpreis (ab 01.05.2020):  
€ 25,50 pro Teilnehmer

Nachmeldegebühr (nur am 25.06.2020 bis 18Uhr)  
€ 30,00 pro Teilnehmer

Ummelde Gebühr (am 25.06.2020 von 16-18Uhr)  
€ 5,00 pro Teilnehmer

In der Startgebühr sind folgende Leistungen enthalten:

- individuelle Zeitmessung
- Startnummer & Sicherheitsnadeln zur Befestigung
- Preise bei den Ehrungen
- Moderation im Start- und Zielbereich
- Party auf dem Gelände
- medizinische Versorgung
- Verpflegung auf der Strecke und im Zielbereich (Getränke)
- personalisierte Urkunde online ausdrückbar
- professionelle Fotos und Team-Fotos auf Wunsch am Tag
- Charity-Projekt: pro Teilnehmer geht 1 € an ein soziales Projekt in Ratingen

Zudem sind die Nutzung von Umkleiden und die Gepäckaufbewahrung (ohne Haftung) kostenlos.

Das Ende des Anmeldezeitraums ist am **02. Juni 2020**, damit die Startnummern mit dem Aufdruck des Firmennamens versehen werden können.

Nachmeldungen sind noch am Eventtag im Start-/ Zielbereich von 16:00 bis 18:00 Uhr möglich.

## **Ausgabe der Startunterlagen**

Ort: Erlebniswelt Blauer See    Datum 25. Juni 2020    Zeit: 16:00 bis 18:00 Uhr

(In Planung sind noch zwei Termine in der KW 25, bei denen die Team-Captain eine vor Ort-Besichtigung machen und die Startunterlagen mitnehmen können.)

Die Startunterlagen werden gesammelt pro Organisation an die Team-Captain ausgegeben. Diese müssen zur Identifikation Ihre Teilnahmebestätigung mitbringen.

Für jeden Teilnehmer erhält der Team-Captain ein Starterset mit der Startnummer und drei Sicherheitsnadeln zum Befestigen der Startnummer. Die Startnummer muss beim Lauf gut sichtbar vorne am Shirt angebracht werden.

## **Zeitplan**

16.00 Uhr: Öffnung des Veranstaltungs-Geländes.

16.00 – 21.00 Uhr: Das Info-Büro hat geöffnet.

16.00 – 18.00 Uhr: Startunterlagen können im Info-Büro abgeholt werden.

17.00 – 22.00 Uhr: Garderobenverwaltung geöffnet.



18.30 Uhr: Willkommen zum Firmenlauf Ratingen: Anmoderation und Begrüßung

18.40 Uhr: warm up – das WIR gewinnt!

18.45 Uhr: Startaufstellung

19.00 Uhr: Startschuss zum 1. Firmenlauf Ratingen

20.00 Uhr: Beginn Leichter-After Run Party

20.15 Uhr: Siegerehrung

22.00 Uhr: Ende der gesamten Veranstaltung/ des 1. Firmenlauf Ratingen

(Änderungen vorbehalten)

**Hinweis:** Zum Treffen, Plaudern, Organisieren und Aufwärmen sollten alle Teilnehmer und die unterstützenden Kolleginnen und Kollegen etwas Zeit einplanen. Wir empfehlen den Aktiven, spätestens um 17:30 Uhr auf dem Veranstaltungsgelände zu sein.

## **WERTUNGEN**

Im Vordergrund des 1. Firmenlauf Ratingen stehen der Spaß an der Bewegung und die Teilnahme. Die besten (sportlichen) Leistungen sollen aber auch gewürdigt werden. Daher gibt es folgende Siegerehrungen.

### **Einzelwertung**

Platz 1 – 3 Frauen

Platz 1 – 3 Männer

### **Teamwertung**

Platz 1 - 3 Mixed-Teams

Die Teamwertung ist eine Mixed-Teamwertung. Für die Mixed-Teams gilt die Regel: Die schnellsten drei in der Frauen- und Männer-Einzelwertung gewerteten Starter werden NICHT in der Mixed-Wertung gewertet. Somit gehen die Zeiten der schnellsten drei folgenden Teammitglieder, die nicht alle gleichen Geschlechts sind, in die Mixed-Wertung ein und werden zusammengerechnet.

### **Sonderwertungen**

Firmenläufe sind besondere Veranstaltungen, daher wird es besondere Ehrungen geben. Ebenfalls auf das Podium steigen dürfen:

die schnellste Chefin und der schnellste Chef

die schnellste Auszubildende und der schnellste Auszubildende

das Team mit dem kreativsten Outfit

das Team mit dem kreativsten Motto

das Team mit den meisten Teammitgliedern absolut

das Team mit den meisten Teammitgliedern relativ zur Firmengröße

Die Wertungen befinden sich auf der Website [www.firmenlauf-ratingen.de](http://www.firmenlauf-ratingen.de) unter Ergebnisse. Hier kann sich auch jeder Teilnehmer seine Urkunde herunterladen.



## **Umkleiden/ Duschen/ Toiletten/ Garderobe**

### **Toiletten und Umkleiden**

Toiletten, Umkleiden und Garderoben befinden sich direkt an der Erlebniswelt Blauer See.

### **Garderobe und Gepäckaufbewahrung**

Die Garderobe kann in einer eigenen Gepäckaufbewahrungstasche abgegeben werden. Auf dieser Tasche bitte den Klebestreifen mit der Startnummer anbringen.

WICHTIG!!!! Die Startnummer ist nach dem Lauf der Abholschein.

Wir weisen darauf hin, dass wir keine Haftung für Wertsachen und Gegenstände übernehmen können.

### **Besondere Angebote für die teilnehmenden Teams**

Der 1. Firmenlauf Ratingen ist ein sportlicher Anlass, Teambuilding innerhalb Unternehmen, Institutionen, Behörden, Verbänden, Vereinen, Hochschulen und sonstigen Einrichtungen und Organisationen zu fördern. Neben dem sportlichen Event ist auch die anschließende Geselligkeit ein wichtiges Element.

### **Meeting Points/ Firmenstände/ Teamstände**

Auf Anfrage bieten wir Teamzelte im Start-/ Zielbereich für den Abschluss eines tollen Gemeinschaftstags. Diese sind mit Tischen und Bänken ausgestattet und können auch mit firmeneigenen Marketingutensilien wie Bannern oder Beachflags bestückt werden.

### **Catering**

Zusätzlich zu den Teamzelten sind auch Cateringangebote möglich, zu denen Getränke und Essen sowie Becher, Teller und Besteck gehören.

Das Mitbringen von Speisen und Getränken ist auf dem gesamten Eventgelände nicht gestattet.

### **Teamkleidung**

Gern unterstützen wir jedes Team dabei, in einer eigenen Teamkleidung den Firmenlauf Ratingen zu bestreiten. Dafür muss eine verbindliche Bestellung bis zum 02. Juni 2020 eingehen.

### **Unterstützende Werbematerialien**

Um in jeder Organisation möglichst viele Teilnehmer zu akquirieren, bieten wir auf der Firmenlauf-Homepage [www.firmenlauf-ratingen.de](http://www.firmenlauf-ratingen.de) die Möglichkeit, kostenlos Informationsmaterial, Schreiben, Plakate und Flyer als pdf-Datei herunterzuladen.

Kontakt: Mail: [info@leichterlaufen.de](mailto:info@leichterlaufen.de) Telefon: 0173-8444439

### **Anfahrt und Parkmöglichkeiten**

#### **Anfahrt via ÖPNV**

Buslinie 773 und 753 bis zur Haltestelle „Blauer See“

Nach Ausstieg der Nase und den Ohren folgen ☺. (In die Straße „Zum Blauen See“ einbiegen, und nach wenigen Minuten der Beschilderung bis zum Veranstaltungsgelände Erlebniswelt Blauer See folgen.)

#### **Anfahrt via PKW oder Bus**

Bei der Anreise mit dem PKW bitten wir darum, Fahrgemeinschaften zu bilden.

Parkplätze stehen unmittelbar an der Erlebniswelt Blauer See in begrenzter Anzahl zur Verfügung. Zudem ist in fußläufiger Nähe der Parkplatz am Schützenplatz nutzbar.

### **Speisen und Getränke**

Auch ohne Firmenstand oder Teamzelt ist für den kulinarischen Genuss gesorgt - durch den Biergarten der Erlebniswelt Blauer See.

Um lange Wartezeiten zu vermeiden, werden Wertmarken ausgegeben. Diese können schon im Vorfeld des Firmenlauf Ratingen – durch den Team-Captain – gegen Rechnung erworben werden.

Weitere Infos zu den Speisen und Getränken befinden sich hier: [www.firmenlauf-ratingen.de](http://www.firmenlauf-ratingen.de).

Wertmarken kann natürlich auch jeder am Tag der Veranstaltung vor Ort erwerben.

Ein organisiertes Mitbringen von Speisen und Getränken ist auf dem gesamten Eventgelände nicht gestattet.