

3. MidSummerRun im Alstertal am 21.06.2024

Teilnehmer Informationen von A – Z

Der erste nachhaltige und ökologisch organisierte Lauf in Hamburg.
Der Lauftreff Alstertal e.V. ist seit 45 Jahren am Oberlauf der Alster zu Hause. Hamburgs schönste Laufstrecke. Natur Pur! Daher möchten wir in Hamburg einen Lauf unter den Aspekten des Umweltschutzes und der „17 UN-Ziele für nachhaltige Entwicklung“ etablieren. Wir wollen Laufveranstaltungen grüner machen.

Veranstaltungsort:

Hamburg: Alsterwanderweg/Wiese am Torhaus Wellingsbüttel

Ärztliche Versorgung:

Eine ambulante Erstversorgung steht im Zielbereich zur Verfügung

Anmeldung:

Die Anmeldung ist verbindlich.

Anmeldungen können bis einschließlich 19.6.2024 erfolgen.

Nachmeldungen am 20.6.24 und am Veranstaltungstag sind möglich, mit 5,- Euro Nachmeldekosten.

Nachmeldungen für Kinder ohne Zusatzkosten. Ummeldungen nur bis 19.06.2024 + 5,- Euro Gebühr

<http://www.lauftreff-alstertal.de/midsummerrun>

Urkunden, Ergebnislisten;

Nur per Download im Internet

Gepäckaufbewahrung / Öko-WC / Duschen:

WC Kabinen und Gepäckaufbewahrung auf dem Gelände, Duschen sind nicht vorhanden. Wertsachen und Gepäck sind in eigener Verantwortung der Teilnehmer und somit nicht durch den Veranstalter versichert.

Fragen vor Ort:

Bitte wendet euch bei allen Fragen an unser Orga-Team am Eingang des Veranstaltungsgeländes.

Getränkestand und Verpflegung für Läufer:

Obst und Getränke für alle Teilnehmer im Ziel, für 10Km Aktive zusätzlich bei 4,1Km.

Haftung:

Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Unfälle aller Art, Diebstahl und andere Schäden. Der Haftungsausschluss wird mit der Anmeldung anerkannt.

Lastschriftinzug:

Die Startkosten werden per Lastschrift eingezogen. Retourkosten gehen zu Lasten des Anmeldenden.

Nachmeldungen:

Am Donnerstag 20.6. und am Veranstaltungstag möglich mit 5,- Euro Aufpreis.

Nachmeldungen für Kinder ohne Zusatzkosten / Ummeldungen nur bis 18.06.2024 möglich + 5,-Euro

Parkplätze:

Achtung !! Es sind keine Parkplätze vorhanden. Autos auf Privatgrundstücken können abgeschleppt werden. Bitte nehmt die

S-Bahn – S1 Wellingsbüttel. (Kurzer Fußweg von ca. 8 min)

Start:

Auf der Wiese vor dem Torhaus Wellingsbüttel

Startgelder:

10 km 19,50 Euro + inkl. integriertem Transponder auf Startnummer

5 km 16,50 Euro + inkl. integriertem Transponder auf Startnummer

Kinderlauf 999m 6,50 Euro inkl. integriertem Transponder auf Startnummer

Neu "Lauf-Fuffi":

0,50 Euro von jeder Startgebühr werden wir spenden (damit wollen wir in diesem Jahr das Ziel Nr. 3 der 17 UN Ziele unterstützen) * (s.u)

Sponsoren/Kooperationspartner:

Unterstützt werden wir jedes Jahr durch begeisterte Sponsoren und Kooperationspartner. Schaut euch bei den verschiedenen Ständen einmal um.

Startunterlagenausgabe am Treffpunkt (s.u.):

Abholung am Wettkampftag von 16 -18:00 Uhr. Für den Kinderlauf bis 17:25 Uhr.

Startzeiten:

Kinderlauf 17:30 Uhr
10 km 18:00 Uhr
5 km 18:10 Uhr

Strecken:

Gelaufen wird auf Hamburgs schönster Naturstrecke. Immer entlang der Wanderwege am Oberlauf der Alster. Natur pur und doch mitten in Hamburg, inklusive kleinerer Anstiege.

Die Strecken sind nicht amtlich vermessen und können etwas kürzer oder länger sein.

Streckenprofil unter: www.lauftreff-alstertal.de/midsummer (Strecken sind ganz unten abgebildet)

Kinderlauf NEU:

Unser Kinderlauf über 999 m ist offen speziell für Kinder von 6 – 11 Jahren. Die Kinder laufen 3 Runden um die Wiese vor dem Torhaus. Freude am Laufen und der Bewegung sollte natürlich an erster Stelle stehen. Durch den Transponder ist aber auch eine Zeitnahme und daher auch eine Urkunde möglich (online-Urkunde). Jedes Kind erhält im Ziel eine Medaille und kann sich auch an der Zielverpflegung stärken. Eine Siegerehrung für die 3 schnellsten Mädchen und Jungen wird stattfinden vor Ort.

Streckenservice:

Helfer des Lauftreff Alstertal stehen auf der gesamten Strecke mit Handy für Auskünfte und Hilfeleistungen zur Verfügung.

Teilnahmeberechtigung:

Jeder, gegen dessen Teilnahme keine gesundheitlichen/ärztlichen Bedenken bestehen. Anerkennung der AGB (nachlesbar unter www.lauftreff-alstertal.de/agb) Vereinszugehörigkeit ist nicht notwendig.

Teilnehmerliste:

Nach Anmeldung und Begleichung der Gebühr im Internet unter www.lauftreff-alstertal.de/midsummer

Treffpunkt:

Wiese am Torhaus Wellingsbüttel, Wellingsbütteler Weg 75B, 22391 Hamburg

Wetter + Strecke - Wichtige Hinweise:

Es sind keine Nordic-Walking Stöcke erlaubt.

Es sind keine Spikes erlaubt!

Durch Witterungseinflüsse sind Änderungen in der Streckenführung und damit der Streckenlänge möglich. Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt.

Aktuelle Infos im Internet: www.lauftreff-alstertal.de/midsummer

Zeitmesssystem:

Die Zeitmessung erfolgt über Transponder durch die sportservice hamburg GbR. Der Transponder zur Zeitmessung ist auf der Startnummer und im Preis enthalten. Eigene BMS Chips können leider nicht benutzt werden.

Die Strecken:

können gelaufen oder gewalkt werden. Die Auswertungen werden jeweils gemeinsam vorgenommen.

Ziel:

Es werden nur Läufer im Ziel gewertet, die ihre Startnummer sichtbar auf der Brust tragen. Die Zielgasse ist unverzüglich bis ans Ende zu durchlaufen. In der Zielgasse darf nicht überholt werden.

Bitte nur durch die Zielgasse laufen, wenn der Lauf auch erfolgreich absolviert wurde!

Zielschluss: ca. 19:30 Uhr

Trainingsmöglichkeiten mit dem Lauftreff Alstertal:

Auf der Strecke mit dem Lauftreff Alstertal ...

Treffpunkt auf dem Parkplatz des UHC, Wesselblek 6, 22339 HH

Dienstag 18:30 Uhr

Samstag 14.00 Uhr (bitte vorher anmelden/anrufen wenn ihr kommen wollt)

Veranstalter:

Lauftreff Alstertal e.V.

Gesamtleitung:

Angela Frauenstein-Kiewitt

mailto: midsummerrun@lauftreff-alstertal.de

Kontakte, AGB, Info zum Datenschutz: www.lauftreff-alstertal.de

Spende unser „Lauf-Fuffi“:

Unsere „Lauf-Fuffi“ geht in diesem Jahr 2024 an den Wünschewagen Hamburg des ASB, damit möchten wir auch das Ziel Nr. 3 der 17 UN Ziele unterstützen. Hier ein Auszug aus der Homepage der ASB <https://wuenschewagen.de/so-hilft-ihre-spende>



„Lassen auch Sie letzte Wünsche in Erfüllung gehen!

Seit 2014 erfüllt das rein ehrenamtlich getragene und ausschließlich aus Spenden finanzierte Projekt des Arbeiter-Samariter-Bundes schwerstkranken Menschen einen besonderen Herzenswunsch und fährt sie gemeinsam mit ihren Familien und Freunden noch einmal an ihren Lieblingsort.

Der Wünschewagen kann ohne Spenderinnen und Spender sein Ziel nicht erreichen. Das Projekt lebt ausschließlich von Spenden, Eigenmitteln und dem Engagement hunderter Ehrenamtlicher. Nur so können wir anfallende Reisekosten, Schulungen unserer ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer sowie den Betrieb der Fahrzeuge stemmen. Werden auch Sie zum Wunscherfüller und helfen Sie uns mit einer Spende.“

Mehr zu unserer Umsetzung der 17 Ziele für eine nachhaltige Entwicklung der Agenda 2030 der Vereinten Nationen´ findest Du auf unserer Homepage