



# Lauf mit Burkhard!

Erinnerungs- und Spendenlauf

24 Stunden

ab Samstag, 28. August um 12.00 Uhr an der sieg-arena

Ein Projekt der  MUKOVISZIDOSE e.V.  
Regionalgruppe Siegen

Jetzt anmelden oder mehr erfahren: [www.lauf-mit-burkhard.de](http://www.lauf-mit-burkhard.de)



Veranstalter:  :anlauf  Inklusive  
Begegnungen

Unterstützer:



## Liebe Freunde!

Wir freuen uns, dass ihr euch zum „Lauf mit Burkhard!“ am 28. und 29. August angemeldet habt. Mittlerweile liegen uns über 250 Meldungen vor. Gerne könnt ihr noch in euren Laufgruppen oder bei Freundinnen und Freunden für die Veranstaltung Werbung machen.

Die aktuelle Coronaschutzverordnung NRW lässt einen relativ entspannten Ablauf der 24 Stunden zu. Es gibt für unsere Form der Sportveranstaltung im öffentlichen Raum keine direkten Einschränkungen und Vorgaben seitens der Behörden. Es gelten weder die drei G-Regeln, noch besteht auf dem Veranstaltungsgelände eine Maskenpflicht. Natürlich sind die allgemeinen AHA-Regeln zu beachten. Wir bitten darum, gerade bei Kontakten am Stand der Mukoviszidose-Gruppe, eine MNS-Maske zu tragen.

Prinzipiell findet die Teilnahme in Eigenverantwortung statt, wie es bei allen Laufveranstaltungen üblich ist.

## Meldungen und Nachmeldungen

Meldungen sind noch bis zum 28.8. um 0 Uhr über unser Meldeportal möglich.

## Hier nun einige Infos zum Ablauf:

### Burkhard-Shirt - Ausgabe

Wir würden uns sehr freuen, wenn ihr im Burkhard-Shirt teilnehmt, denn das ist ja Bestandteil der Startgebühren.

Das Shirt kann von den sieg-arena Starter:innen bereits am Freitag, 27.8. von 14 bis 18 Uhr am Stand vor dem :anlauf – Büro abgeholt werden. (Die Ausgabe ist nur zu dieser Zeit besetzt!)

Ansonsten liegt das Shirt am Stand der Mukoviszidose-Gruppe ab Samstag um 11 Uhr zum Abholen bereit. Der Stand ist bis zum Sonntag, um 13 Uhr besetzt.

Ob ihr mit der selbst ausgedruckten Startnummer lauft bleibt euch überlassen. Dann wissen die anderen wer auf der Strecke ist und vielleicht werdet ihr angefeuert.

### **Euer eigener „Lauf mit Burkhard!“**

Für den virtuellen Lauf planen wir die Zusendung der Shirts per Post, sodass sie euch spätestens am Samstag zu eurem Individuellen „Lauf mit Burkhard!“ vorliegen. **Eine Bitte: Wer die Shirts für den individuellen Lauf am Freitag oder während der 24 Stunden an der sieg-arena abholen will, sollte uns eine Mail (!) senden.** Das spart uns Arbeit und es bleiben ein paar Euro mehr bei der Mukoviszidose-Gruppe. Gerne könnt ihr uns Fotos von eurem Lauf schicken.

### **Der Lauf an der sieg-arena**

Ihr habt euch zu einem bestimmten Zeitfenster angemeldet. Dies ist Grundlage unserer Planung. Da aber bisher für kein Zeitfenster eine Überbuchung vorliegt, besteht die Möglichkeit länger und auch mehrfach Runden an der sieg-arena zu drehen. Eine gesonderte Anmeldung und Absprache hierzu ist nicht notwendig, ihr könnt also spontan entscheiden. Besonders die Abend- und Nachtstunden bieten sich an.

### **Umkleidezelte und Verpflegung**

Wir planen mit zwei Umkleidezelten für eine evtl. Kleiderabgabe. Die Zelte sind nicht bewacht, es besteht keine Haftung seitens der Veranstalter.

Zwei Dixie-Toiletten stehen zur Verfügung.

Eine Verpflegung findet im Rahmen der Veranstaltung seitens der Veranstalter nicht statt. Bitte beachtet das bei der Planung von längeren Läufen.

### **Eure Zeitnahme**

Grundsätzlich bleibt die Rückmeldung der gelaufenen Kilometer und Zeiten euch überlassen. Der Lauf mit Burkhard! Ist ja keine Meisterschaft, bei uns heißt das Motto „Fair geht vor“. Die meisten von euch verfügen sowieso über eine entsprechende Laufuhr oder Laufapp und dokumentieren die KM und Zeit. Bei einer Teilnahme an der Sonderwertungen werden wir evtl. nach der Dokumentation fragen.

Ihr könnt eure eigenen Ergebnisse auf der Seite von Martin Stinner [www.ausdauer57.de](http://www.ausdauer57.de) eingeben.

Dort erhaltet ihr dann direkt die individuellen Teilnahme-Urkunden. Eine evtl. Ergebnisliste folgt erst später.

### **Sonderwertungen: Pokale gibt es auch!**

#### **Die Ehrenpreise sieg-arena König:in für:**

- die längste Zeit laufen und walken am 28.8. & 29.8.
- die meisten Kilometer innerhalb von 24 Stunden

#### **Sonderwertungen:**

Siegener Eichhörnchen: **KM sammeln am 29.8. von 0 bis 6 Uhr**

Siegener Fuchs/Füchsin: **die schnellsten 5 Runden von 23 Uhr bis 1 Uhr**

**Wir wünschen euch viel Spaß und freuen uns auf ein tolles Wochenende**

**Euer Vorbereitungs- und Organisationsteam**