



SEVEN SUMMITS SIEGEN



pmd
IMAGINE YOU CAN

S Sparkasse
Siegen

24. AUGUST 2024

7 GIPFEL – 25KM / 50KM – 800HM / 1200HM

**SIEGEN  2024
MARATHON**

Eine Veranstaltung von:

:anlauf



DAV
Siegerland

SIEGEN 
MARATHON

Eine Veranstaltung von

:anlauf

DAV
Siegerland



SEVEN SUMMITS SIEGEN



pmd
MAKING YOU CAN

Sparkasse
Siegen

DEIN ABENTEUER!

in der grünsten Großstadt Deutschlands

24. AUGUST 2024

7 GIPFEL - 25/50KM - 800/1200HM

WWW.SEVEN-SUMMITS-SIEGEN.DE

SIEGEN 
MARATHON

Eine Veranstaltung von

:anlauf

DAV
Siegerland



SEVEN SUMMITS SIEGEN



pmd
MAKING YOU CAN

Sparkasse
Siegen

DEINE HERAUSFORDERUNG!

in der grünsten Großstadt Deutschlands

24. AUGUST 2024

7 GIPFEL - 25/50KM - 800/1200HM

WWW.SEVEN-SUMMITS-SIEGEN.DE

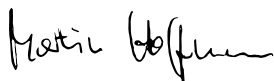
SEVEN SUMMITS SIEGEN 2024 – das Sommerhighlight in Siegen

Bereits zum vierten Mal wird Siegen am 24. August zur großen Outdoor-Arena und die grünste Großstadt Deutschlands hat mit dieser Veranstaltung ein echtes Alleinstellungsmerkmal. SEVEN SUMMITS SIEGEN fand erstmals im Juni 2021 mit 300 Aktiven statt, in einer kleinen „Pandemiepause“, als fast alle öffentlichen Veranstaltungen abgesagt wurden. Die Idee kam an und die Begeisterung unter den Teilnehmenden war groß. In den Folgejahren konnten wir mit immer neuen Konzepten und Angeboten die Teilnehmerzahlen und die öffentliche Aufmerksamkeit steigern. Neben dem Traillauf und der Classic-Wanderung über 25 km mit rund 800 Höhenmetern boten wir 2023 auch die SEVEN SUMMITS SIEGEN XL-Variante für über 300 Freunde des Langstreckenwanderns über 50 km mit rund 1.200 Höhenmetern an. In diesem Jahr wird es im Rahmen der 800-Jahr-Feier erstmals (in Deutschland) einen Stadtmarathon mit über 1.000 Höhenmetern geben.

SEVEN SUMMITS SIEGEN ist eine Stadtbesichtigung der besonderen Art. Die Topographie Siegens macht diese außergewöhnliche Tour durch die Wälder und Straßen der Universitätsstadt möglich. Und der Siegener Sportkalender ist um eine Attraktion reicher. Das kommt in der Region gut an, gleichzeitig bietet SEVEN SUMMITS SIEGEN einen touristischen Mehrwert und präsentiert der über-regionalen Lauf- und Wanderszene die Vielfalt einer Großstadt im Grünen.

Wir danken allen, die zur Realisierung von SEVEN SUMMITS SIEGEN 2024 beigetragen haben: den Waldgenossenschaften für ihr Verständnis, der Stadt Siegen, den Sponsoren, dem Schirmherrn und vor allem den vielen Helferinnen und Helfern, die die Veranstaltung unterstützen.

Wir freuen uns auf eine tolle Veranstaltung und grüßen aus dem Start- und Zielbereich, dem :anlauf-Büro Bahnhof Eintracht und dem DAV-Kletterzentrum am Effertsufer.



Martin Hoffmann

:anlauf Siegen



Konrad Thannbichler

Vorstand DAV Sektion Siegerland





Dabei sein ist alles.

Viel Spaß beim 4. SEVEN SUMMITS SIEGEN

Die Herausforderung:
25 oder 50 km wandern, 25 km
oder Marathon laufen -
und alles mit bis zu rund 1200
Höhenmetern.

Dabei sein und die Stadt auf eine
einzigartige Art und Weise
erkunden.

Wir wünschen allen Teilnehmerin-
nen und Teilnehmern viel Spaß bei
der Veranstaltung und einen
erfolgreichen Verlauf.

sparkasse-siegen.de

Weil's um mehr als Geld geht.



**Sparkasse
Siegen**

Die Idee

Siegen ist die Stadt der Berge, hat die steilste Fußgängerzone Deutschlands und wurde in den letzten Jahren von den Bausünden der Vergangenheit befreit. Dass Siegen viel zu bieten hat, ist bekannt.

Ob Siegen tatsächlich, wie Rom, auf sieben Hügeln erbaut wurde oder ob es acht Hügel sind und sogar zehn Berge im Stadtgebiet zu finden sind, ist eigentlich nicht so wichtig. Die Legenden und die Stadtgeschichte, einige Artikel von der Zeit bis zur Welt, Wikipedia sowie ein renommierter Literaturwissenschaftler und eine populärwissenschaftliche Mathematikerin der Universität Siegen sprechen von sieben Hügeln und vergleichen Siegen mit Rom. So soll es sein.

Siegen ist die grünste Großstadt Deutschlands – das hat die Berliner Morgenpost 2016 in einem Städtevergleich mit Hilfe von Satellitenbildern ermittelt. Das Ergebnis: Rund 86 Prozent der Fläche innerhalb der Stadtgrenzen Siegens sind bepflanzt.

Siegens sieben Hügel sportlich zu erleben, das ist die Idee hinter der Veranstaltung. Vor fünf Jahren organisierte Henry Niemeyer vom Kletterzentrum Siegen des Deutschen Alpenvereins erstmals die Tageswanderung SEVEN SUMMITS SIEGEN. Mit großem Erfolg. :anlauf und die DAV-Sektion Siegerland haben diese Idee 2021 aufgegriffen und ein ganz besonderes Event in schwierigen Zeiten realisiert. Das Motto von SEVEN SUMMITS SIEGEN 2021 lautete: „Die Herausforderung: Sieben Gipfel - 23 km - 740 Höhenmeter - Das außergewöhnliche Event in besonderen Zeiten! In den vergangenen drei Jahren haben wir gemeinsam mit dem DAV die Veranstaltung zu einem überregionalen Sportevent weiterentwickelt.

„SEVEN SUMMITS SIEGEN ist keine hochalpine Tour wie die Wanderung von der Siegerlandhütte zur Hildesheimerhütte in Tirol, aber auch kein Sonntags-spaziergang in der sieg-arena, der flachen 2,2 km langen Laufstrecke entlang der Sieg. Es ist ein „Stadtrundgang der besonderen Art“, mit dem wir in den letzten Jahren viele Menschen zwischen 18 und 80 Jahren begeistert haben.“

DAV Sektion Siegerland & :anlauf

Liebe Gipfelstürmerinnen und Gipfelstürmer,

herzlich willkommen in unserer Outdoor-Arena Siegen zu der ganz besonderen Sportveranstaltung SEVEN SUMMITS SIEGEN! Als Schirmherr grüße ich zum bereits 4. Mal sehr herzlich alle 1.000 Sportbegeisterten, die sich am 24. August 2024 aufmachen, um die sieben Berge Siegens auf einer der drei Strecken zu erklimmen.

Denn das ist neu in diesem Jahr: Neben den klassischen Wanderungen über 25 und 50 Kilometer mit 800 und 1.200 Höhenmetern und dem 25 Kilometer-Traillauf gibt es erstmals einen Marathon mit rund 1.200 Höhenmetern. Als Bürgermeister bin ich begeistert, dass es im Jubiläumsjahr „Siegen800“ nicht nur dieses Sonder-Laufformat – sondern mit der Wanderung „800 hoch 800“ zur Siegerlandhütte in den Stubaier Alpen ein weiteres „hoch“-karätiges Laufevent gibt!

Dafür gilt mein Dank Martin Hoffmann und dem :anlauf-Team sowie der DAV Sektion Siegerland, die SEVEN SUMMITS aus- und weitergedacht haben. Sie haben ein weiteres, sehr erfolgreiches Lauf-Event in Siegen etabliert und zugleich ein tolles Gemeinschaftserlebnis und Aushängeschild für die Sportstadt Siegen geschaffen. Da verwundert es nicht, dass die Startplätze schon im März vergeben waren – auch an Läufer und Wanderer aus dem Kölner Raum und Dortmund bis nach Berlin, aus Hamburg und sogar Süddeutschland.

Ein großes Dankeschön gilt natürlich auch allen Unterstützern und Sponsoren, ohne die eine solche Veranstaltung nicht denkbar wäre. Danken möchte ich den beiden Titel- und Hauptsponsoren „The SUMMIT“ mit den dort ansässigen Unternehmen und Sparkasse Siegen sowie den Unterstützern Hoppmann Autowelt, Autohaus Schneider, Thielmann GmbH, HeeeT – Technik im Haus, Laufshop Absolute Run Ausdauer, Feinbier unterwegs, Krombacher Brauerei, Dornseifer Märkte und 57 Wasser sowie Stadtmarketing Siegen GmbH.

Ich wünsche allen Teilnehmenden und dem Organisationsteam sowie den Sponsoren eine erfolgreiche Veranstaltung, verbunden mit der Hoffnung, dass das Siegerländer Wetter mitspielt und uns tolle Gipfelblicke beschert!

Ihr



Steffen Mues
Bürgermeister



KEINE LUST ALLEINE ZU LAUFEN?

Dann werde doch Teil unserer Running Crew!

Die Teilnahme ist kostenfrei und das Training wird von qualifizierten Trainern geleitet. Gelaufen wird dabei in verschiedenen Niveau-Gruppen und das Training wird ergänzt um technische Übungen. Die Dauer der Einheiten liegt bei ca. 1h.

Regelmäßig integrieren wir unsere Lieferanten in den Run, so dass Ihr ausgiebig neue Produkte testen könnt. Die Termine hierfür kündigen wir über unsere Info-Tafel im Laden und über unsere Social Media Kanäle an.

Umkleide- und Ablagemöglichkeiten gibt es im Laden. Nach dem Lauf könnt Ihr Euch kostenfrei mit einem Krombacher 0,0% erfrischen.



Jeden Donnerstag, 18:30 Uhr
Koblenzer Straße 40, Siegen

Probiere es einfach mal aus.
Wir freuen uns auf dich.



www.ausdauer-shop.de

AUSDAUER

ABSOLUTE RUN
AUSDAUER



Liebe Gipfelstürmerinnen und Gipfelstürmer,

wir freuen uns, auch in diesem Jahr als einer der Hauptsponsoren den SEVEN SUMMITS Lauf unterstützen zu dürfen. Bereits in den vergangenen drei Jahren konnte das Event sowohl Wanderinnen und Wanderer als auch Läuferinnen und Läufer mehr als begeistern. Dass die Begeisterung auch in diesem Jahr anhält, zeigen die bereits ausverkauften Startplätze, die vom Veranstalter gegenüber dem Vorjahr nochmals erhöht wurden. Mehr Bestätigung für das mittlerweile etablierte Konzept und die durchdachte Organisation können die Teams um :anlauf und den DAV kaum bekommen.

Dementsprechend stolz sind wir, als Hauptsponsor und Namensgeber dabei zu sein und unterstützen alle Beteiligten mit den vereinten Kräften unseres Standortes „The SUMMIT Siegen“. In diesem Jahr geht das Event bereits in die vierte Auflage, und wir freuen uns, dass im Rahmen der 800-Jahre-Feier von Siegen eine neue Disziplin mit dabei ist. Es ist wirklich großartig, dieses Jahr einen Marathon in unser Programm aufzunehmen und so einen weiteren Höhepunkt für das Event zu kreieren.

Auch wir sind – im wahrsten Sinne des Wortes – wieder am Start und schicken dutzende Teilnehmerinnen und Teilnehmer ins Rennen. Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus insgesamt neun im „SUMMIT“ ansässigen Unternehmen wollen auch in diesem Jahr wieder die sieben Siegener Stadtgipfel erklimmen. Die angepassten Startzeiten kommen in diesem Jahr nicht nur den tapferen Gipfelstürmerinnen und Gipfelstürmern zugute. Denn wir möchten als vorletzte Station vor dem Zieleinlauf nochmal für besondere Motivation sowie tolle Stimmung sorgen und laden jeden ein, der mit uns gemeinsam die vorbeilaufenden und wandernden Teilnehmerinnen und Teilnehmer lautstark anfeuern möchte.

Unterstützt durch lautstarke Musik, gekühlte Getränke und ein kleines BBQ wollen wir noch einmal die letzten Kräfte der Läuferinnen und Läufer aktivieren, bevor es dann auf die letzten Kilometer in das Eintrachtviertel geht.

Im Voraus bedanken wir uns für die tolle Organisation und Kommunikation mit Martin Hoffmann von :anlauf und wünschen dem Team und allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern eine erfolgreiche Veranstaltung!

Im Namen aller Gipfelstürmer grüßen
Prof. Dr. Bernd Buxbaum und Uwe
Schneider von der Martinshardt.





Siegen | Dillenburg | Fellinghausen | Gummersbach
 Haiger | Herborn | Neunkirchen | Olpe
 Thielmann - Siegen | Stötzel - Wilnsdorf | Völkel - Erndtebrück*



*Als Joint
 Venture mit Walter
 Schneider



* Als Joint
 Venture mit der
 Hoppmann
 Autowelt.

Siegen-Weidenau | Siegen-Fludersbach
 Audi Zentrum Siegen | Kreuztal-Ferndorf
 Siegen-Seelbach | Völkel - Erndtebrück*



SKODA



m-ero

HORWIN

PETROL
 WASH & CLEAN

FANTIC

Liebe Läuferinnen und Läufer, liebe Wanderinnen und Wanderer,

im 800. Jubiläumsjahr der Stadt Siegen darf eine besondere Attraktion aus der jüngeren Stadtgeschichte natürlich nicht fehlen: der Seven Summits Run. Bereits in den vergangenen drei Jahren hat die Sparkasse Siegen diese Veranstaltung gern unterstützt. Denn es lässt das Herz eines jeden höher schlagen, der unsere grünen Hügel schätzt und sich gerne bewegt.

Ob Wandern oder Joggen, ob 25, 42 oder 50 Kilometer – alle Distanzen haben es in sich: Viele Höhenmeter warten auf die Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Aus eigener Erfahrung weiß ich, wie schön die Belohnung nach jedem Anstieg mit einer Aussicht, die motivierenden Worte der Helferinnen und Helfer an den Verpflegungspunkten und das Glücksgefühl über die eigene Leistung im Ziel sind.

Über diese individuellen Erlebnisse hinaus bietet der Lauf eine gute und wichtige Möglichkeit, um Gemeinschaft zu erleben und den Zusammenhalt in der Gesellschaft zu stärken.

Unser Dank und unsere Anerkennung gelten daher den Organisatoren von :anlauf und DAV Kletterzentrum, die den Seven Summits Run auch in diesem Jahr wieder zu einem sportlichen Highlight machen und mit dem erstmals ausgerichteten Marathon eine weitere Besonderheit hinzugefügt haben. Ganz besonders möchten wir uns bei Martin Hoffmann bedanken, der diese großartige Veranstaltung maßgeblich entwickelt, organisiert und etabliert hat und nach diesem Jahr den Staffelstab weitergeben wird.

Ich persönlich kann in diesem Jahr leider nicht an den Start gehen, wünsche aber allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern viel Spaß und eine gesunde Ankunft im Ziel!

Tillmann Reusch
Vorstandsmitglied der Sparkasse Siegen



57wasser

the robin hood of waters

Gutes tun mit einem Schluck 57wasser

57wasser spendet 57% des Gewinns an Projekte, die jeder einreichen kann. Somit konnten seit der Gründung zum Weltkindertag 2012 bereits über 80 Projekte* - vor Ort und auf der ganzen Welt - unterstützt werden und es werden immer mehr :)

Sie möchten ein Projekt einreichen oder 57wasser direkt bestellen?
Gehen Sie einfach auf
www.57wasser.de

*Projektauszug: DRK Kinderklinik, Kindergarten Walpersdorf, Kinder- und Jugendhospiz Balthasar, Kinder- und Jugendtreff Weidenau, Neven Subotic Stiftung, Leseförderung für Kinder, Elterninitiative für krebserkrankte Kinder, Utho Ngathi, Frauen helfen Frauen Olpe, Kindernothilfe Siegen, Kindertageseinrichtung Abenteuerland, Tumaini Letu Welfare, Netz Bangladesch e.V., SCARS - Verein für Frieden für Pfoten und viele mehr.



SEVEN SUMMITS SIEGEN 2024

Das sportliche Siegener Sommerhighlight

Veranstalter & Ausrichter: :anlauf Siegen

Mitveranstalter: DAV Sektion Siegerland

Termin: Samstag, 24. August 2024

Start: :anlauf-Büro Bahnhof Eintracht

Ziel: Kletterhalle des DAV Sektion Siegerland

STARTZEITEN UND STRECKEN

8.00 Uhr bis 8.30 Uhr: Marathon: 7 Gipfel – 42,2 km – 1.100 hm

8.30 Uhr bis 9.00 Uhr: Wandern XL: 7 Gipfel – 50 km – 1.200 hm

9.30 Uhr bis 10.00 Uhr: Laufen: 7 Gipfel – 25km – 800 hm

10.00 Uhr bis 10.30 Uhr: Wandern Classic: 7 Gipfel – 25km – 800 hm

(Startzeiten können noch aktualisiert werden)

Veranstaltungsende: 22.00 Uhr

Zeitmessung: ausdauer57 & GPS- oder Stoppuhr, individuell per App

Anmeldung: online unter www.seven-summits-siegen.de

Startnummer: Mit der Anmeldung bis zum 1. August erhält der/die Teilnehmende eine personalisierte Startnummer, die mit den Startunterlagen ausgegeben wird.

AUSGABE DER STARTUNTERLAGEN

am Effertsufer 105 zu folgenden Zeiten:

Donnerstag, 22.8. von 14 bis 20 Uhr im DAV-Kletterzentrum Siegen

Freitag, 23.8. von 12 bis 20 Uhr im DAV-Kletterzentrum Siegen

Samstag, 24.8. von 7 bis 9.30 Uhr im Startbereich

am :anlauf-Büro Bahnhof Eintracht

Die Startunterlagen enthalten die SEVEN SUMMIT/HEEET-Tasche mit Programmheft, Goodies, Gutscheinen und Startnummer.

Alle Wettbewerbe bei SEVEN SUMMITS SIEGEN führen über öffentliche Straßen und Wege. Bei der Anmeldung haben sich alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer verpflichtet, die Straßenverkehrsordnung einzuhalten.

Siegen:

1 STADT.

7 BERGE.

342 KM

WANDER

WEGE.

ALLE INFOS HIER



SEVEN SUMMITS SIEGEN – MARATHON

7 Gipfel – 50 km – 1.080 hm

SERVICE

- 8 Verpflegungspunkte
- Zeitmessung
- Gepäckaufbewahrung und Transport vom Start zum Ziel
- Erste-Hilfe Abholservice
- Sanitätsdienst im Zielbereich
- Streckenmarkierungen an wichtigen Punkten, Streckendaten für GPS
- ABSOLUTE RUN x STRAVA Berg-Challenge

PREISE, GOODIES & ANERKENNUNG FÜR ALLE

- personalisierte Startnummer
- SEVEN SUMMITS SIEGEN Medaille
- Urkunde aus Papier im Ziel und online zum Download
- Starterbeutel mit Goodies und Gutscheinen der Sponsoren
- Verzehr-Gutschein für die Party am DAV-Kletterzentrum
- kostenlose Start- bzw. Zielfotos zum Download
- Pokale für die ersten drei Männer und Frauen
- Pokale für die ABSOLUTE RUN x STRAVA Berg-Challenge

VERPFLEGUNG

- Kaffee und Tee im Startbereich
- 4 Verpflegungspunkte (57Wasser, Krombacher 0,o, Obst und Riegel)
- 1 Verpflegungspunkt regional (Reibekuchen, 57Wasser, Krombacher 0,0, Obst und Riegel),
- 1 Verpflegungspunkt mit einer warmen Mahlzeit
- Zielverpflegung am DAV-Kletterzentrum (57Wasser, Krombacher)

BONUS

- 5,-€ Spende für den DAV Sektion Siegerland e.V. Siegen
- 4,-€ Spende für die Wald-genossenschaften
- Pokale für Sonderwertungen und teilnehmerstärkste Vereine/Teams



SEVEN SUMMITS SIEGEN – Wandern XL

7 Gipfel – 50 km – 1.200 hm

SERVICE

- 8 Verpflegungspunkte
- Gepäckaufbewahrung und Transport vom Start zum Ziel
- Sanitätsdienst im Zielbereich
- Streckenmarkierungen an wichtigen Punkten, Streckendaten für GPS
- Zeitnahme ohne Platzierung

PREISE, GOODIES & ANERKENNUNG FÜR ALLE

- personalisierte Startnummer
- SEVEN SUMMITS SIEGEN Medaille
- Urkunde aus Papier im Ziel und online zum Download
- Starterbeutel mit Goodies und Gutscheinen der Sponsoren
- Gutschein für die Party am DAV-Kletterzentrum
- kostenlose Start- bzw. Zielfotos zum Download

VERPFLEGUNG

- Kaffee und Tee im Startbereich
- 4 Verpflegungspunkte (57Wasser, Krombacher 0,0, Obst und Riegel)
- 1 Verpflegungspunkt regional (Reibekuchen, 57Wasser, Krombacher 0,0, Obst und Riegel),
- 1 Verpflegungspunkt mit einer warmen Mahlzeit
- Zielverpflegung am DAV-Kletterzentrum (57Wasser, Krombacher)

BONUS

- 5,-€ Spende für den DAV Sektion Siegerland e.V. Siegen
- 4,-€ Spende für die Waldgenossenschaften
- Pokale für Sonderwertungen und teilnehmerstärkste Vereine/Teams



SEVEN SUMMITS SIEGEN – RUNNING

7 Gipfel – 25 km – 800 hm

SERVICE

- 5 Verpflegungspunkte
- Zeitmessung
- Gepäckaufbewahrung und Transport vom Start zum Ziel
- Erste-Hilfe Abholservice
- Sanitätsdienst im Zielbereich
- Streckenmarkierungen an wichtigen Punkten, Streckendaten für GPS
- ABSOLUTE RUN x STRAVA Berg-Challenge

PREISE, GOODIES & ANERKENNUNG FÜR ALLE

- personalisierte Startnummer
- SEVEN SUMMITS SIEGEN Medaille
- Urkunde aus Papier im Ziel und online zum Download
- Starterbeutel mit Goodies und Gutscheinen der Sponsoren
- Verzehr-Gutschein für die Party am DAV-Kletterzentrum
- kostenlose Start- bzw. Zielfotos zum Download
- Pokale für die ersten drei Männer und Frauen
- Pokale für die ABSOLUTE RUN x STRAVA Berg-Challenge

VERPFLEGUNG

- Kaffee und Tee im Startbereich
- 2 Verpflegungspunkte (57Wasser, Krombacher 0,0, Obst und Riegel)
- 1 Verpflegungspunkt regional (Reibekuchen, 57Wasser, Krombacher 0,0, Obst und Riegel),
- Zielverpflegung am DAV-Kletterzentrum (57Wasser, Krombacher)

BONUS

- 5,-€ Spende für den DAV Sektion Siegerland e.V. Siegen
- 4,-€ Spende für die Waldgenossenschaften
- Pokale für Sonderwertungen und teilnehmerstärkste Vereine/Teams



SEVEN SUMMITS SIEGEN – WANDERN CLASSIC

7 Gipfel – 25 km – 800 hm

SERVICE

- 5 Verpflegungspunkte
- Gepäckaufbewahrung und Transport vom Start zum Ziel
- Sanitätsdienst im Zielbereich
- Streckenmarkierungen an wichtigen Punkten, Streckendaten für GPS
- Zeitnahme ohne Platzierung

PREISE, GOODIES & ANERKENNUNG FÜR ALLE

- personalisierte Startnummer
- SEVEN SUMMITS SIEGEN Medaille
- Urkunde aus Papier im Ziel und online zum Download
- Starterbeutel mit Goodies und Gutscheinen der Sponsoren
- Gutschein für die Party am DAV-Kletterzentrum
- kostenlose Start- bzw. Zielfotos zum Download

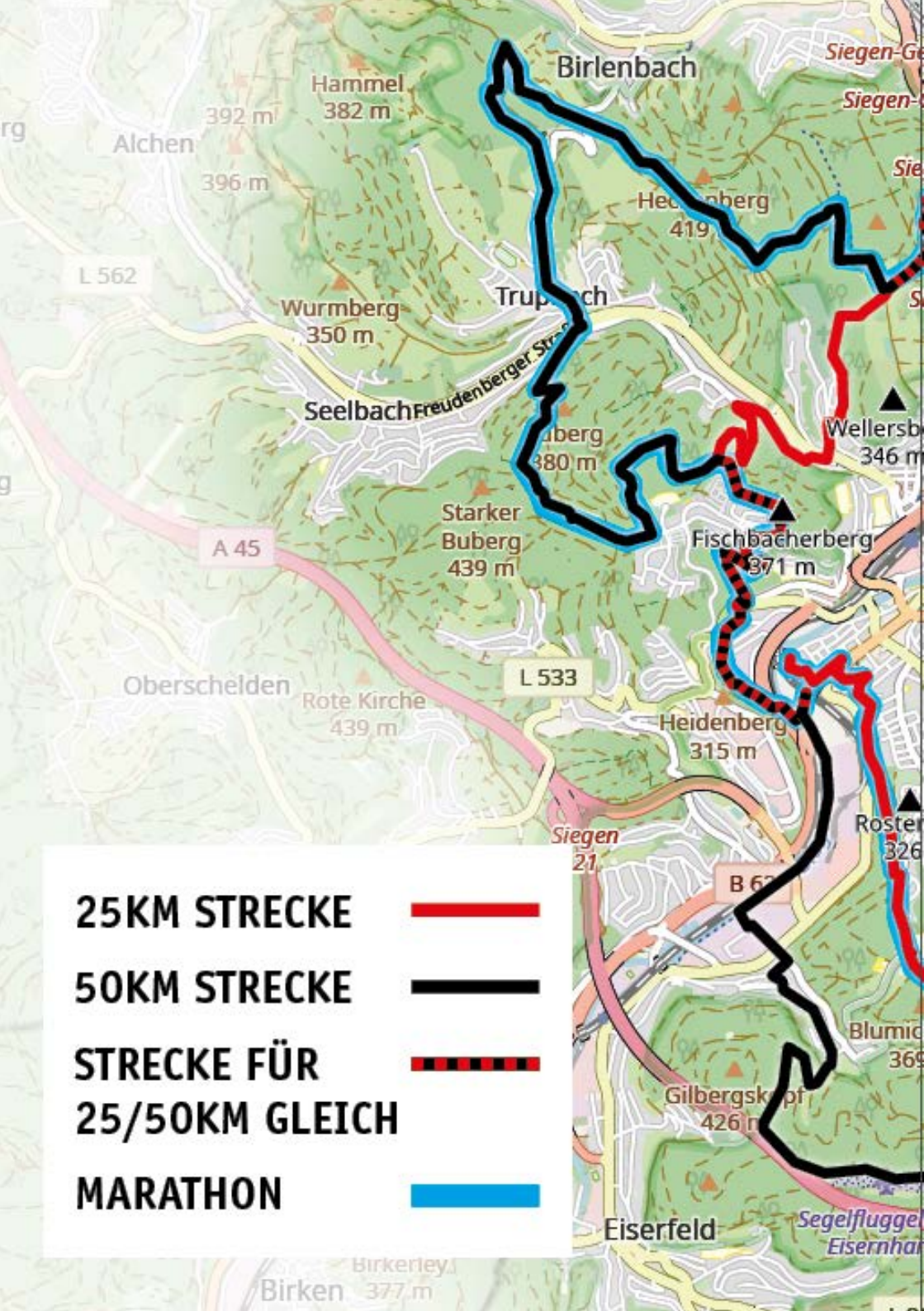
VERPFLEGUNG

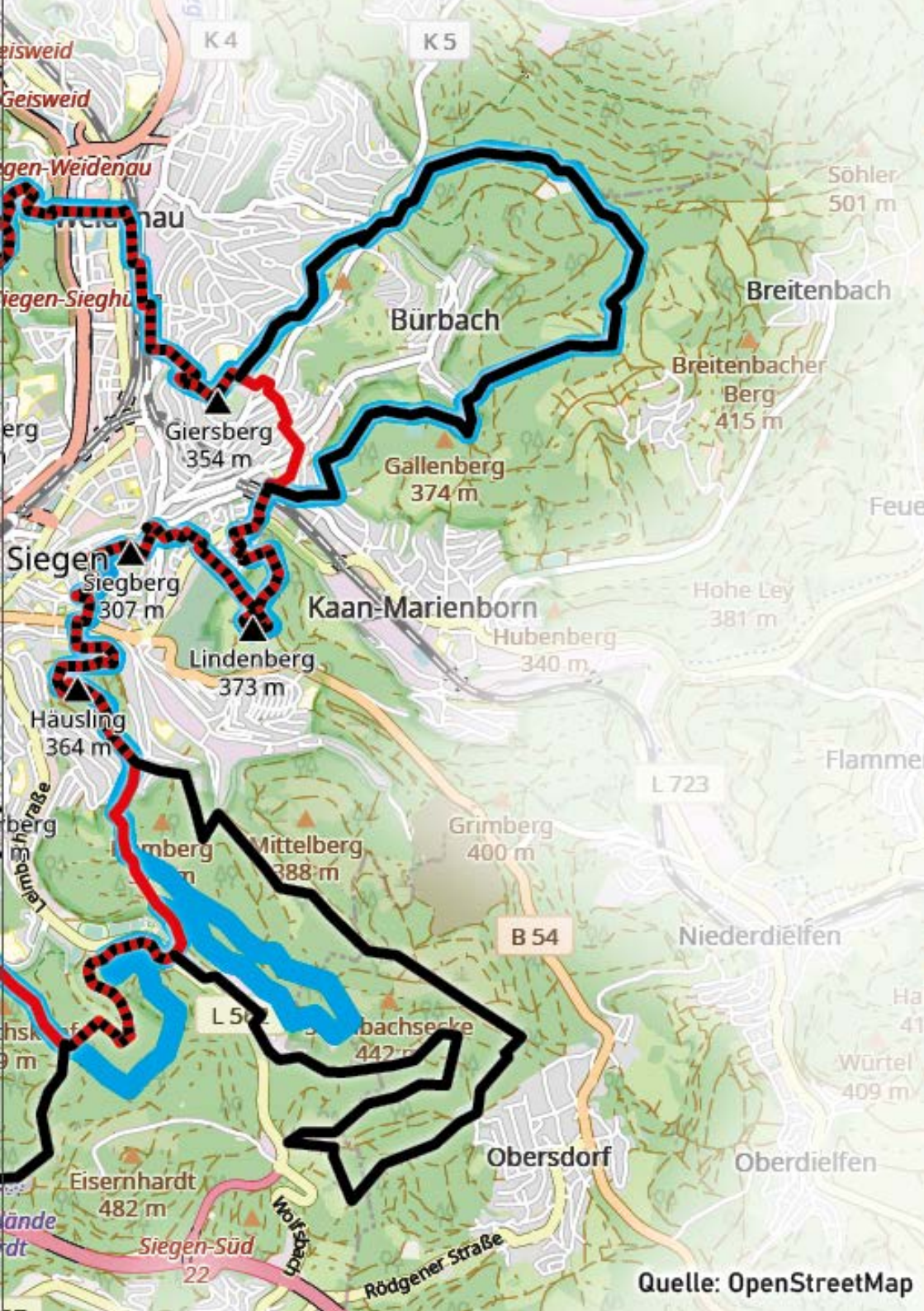
- Kaffee und Tee im Startbereich
- 4 Verpflegungspunkte (57Wasser, Krombacher 0,0, Obst und Riegel)
- 1 Verpflegungspunkt regional (Reibekuchen, 57Wasser, Krombacher 0,0, Obst und Riegel),
- 1 Verpflegungspunkt mit einer warmen Mahlzeit
- Zielverpflegung am DAV-Kletterzentrum (57Wasser, Krombacher)

BONUS

- 5,-€ Spende für den DAV Sektion Siegerland e.V. Siegen
- 4,-€ Spende für die Waldgenossenschaften
- Pokale für Sonderwertungen und teilnehmerstärkste Vereine/Teams









Agnesenhof-Naturpädagogik & gesellschaftliches Leben e. V.

Der Agnesenhof mitten im Wald am Siegener Hamberg gelegen und doch gut mit dem Nahverkehr erreichbar, bietet einen geschützten, idyllischen Raum, in dem sich Menschen aller Altersklassen wohlfühlen können und sollen.

Das Gelände besticht durch einen alten Baumbestand, eine große einladende Waldwiese, eine überdachte Terrasse, Toilettenanlagen, eine Hütte mit einer vollständig ausgestatteten Küche, sowie einem kleineren Versammlungsraum.

Die Tageshütte eignet sich für Familienfeiern, Kindergeburtstags Workshops, pädagogische, und naturpädagogische Seminare und Gruppen, sowie Schulklassen bis max. 40 Personen.

Die Agnesenhof Hütte kann zwischen 7.30Uhr und 20.00Uhr gegen eine Gebühr gemietet werden.

Vor der Dautenbach 23; 57076 Siegen // Info.Agnesenhof.Siegen@gmail.com
www.Agnesenhof-Siegen.de // Tel.: 0171 / 93 54 604



DORNSEIFER^s
Frischemarkt seit 1965

**WIR FREUEN UNS,
DICH FIT ZU ERLEBEN!**

Deine gesunde Ernährung liegt uns am Herzen.

www.dornseifer.de

NEU 2024

SIEGEN-MARATHON ZUR 800-JAHR-FEIER

Anlässlich des 800-jährigen Bestehens der Stadt Siegen freuen wir uns, einen außergewöhnlichen Marathon ankündigen zu können. Im Rahmen von SEVEN SUMMITS SIEGEN findet der Sieben-Berge-Marathon statt und wohl nur in Siegen ist ein Stadtmarathon mit rund 1.100 Höhenmetern möglich.

Der Siegen-Marathon ist eine Herausforderung für passionierte Läuferinnen und Läufer, denn die Strecke erstreckt sich über eine Gesamtlänge von 42,2 Kilometern, rund 80 Prozent auf Wald- und Forstwegen durch die Natur und rund 20 Prozent durch die Stadt.

STRECKENSCOUTS

Sowohl die 25-km-Strecke als auch die 50-km-Strecke von Wandern XL haben sich bewährt. Aufgrund von Forstarbeiten oder Straßenbauarbeiten gibt es aber jedes Jahr notwendige Streckenänderungen. Auch 2024 sind Henry Niemeyer für das Wandern und Martin Hansel für das Laufen als Streckenscouts unterwegs.

VORBEREITUNGSLÄUFE UND WANDERUNGEN MIT DEM TUS DEUZ

Die Laufabteilung des TuS Deuz hat in diesem Jahr zu mehreren kostenlosen Vorbereitungsläufen eingeladen.

TRAILER ZU SEVEN SUMMITS SIEGEN 2024

Sebastian & Lisa Sting, Ultra-Sportler aus Wilnsdorf und Mitglieder des ASC Weißbachtal, starten regelmäßig bei Ultratrail-Lauf- und Wanderveranstaltungen in der ganzen Republik und in den Alpen. Sie haben einen eigenen Videokanal („Die Stings“ mit über 3.000 Abonnenten) und Sebastians Video vom Zugspitz-Ultratrail 2022 hat z.B. schon über 27.000 Aufrufe.

Sebastian und Lisa Sting waren 2023 als Videofilmer dabei und haben einen 2-minütigen Trailer mit Stimmungsbildern von Start, Ziel und Strecke zusammengestellt, mit dem wir für SEVEN SUMMITS SIEGEN 2024 werben möchten. Vielen Dank dafür.

ABSOLUTE RUN STRAVA-CHALLENGE

Auch in diesem Jahr wird es eine ABSOLUTE RUN x STRAVA-Challenge geben. Zur Vorbereitung auf den Running-Wettbewerb wurden im Sommer wieder die sieben Berge im Rahmen des urbanen Lauftreffs „Crown Town Runners“ trainiert.

Ankommen und wohlfühlen: Überzeugen Sie sich von unseren inneren Werten ...!



**... im Hotel Bürger liegen Sie
immer richtig.**

Außerdem: Bestpreisgarantie! Buchen Sie direkt bei uns und Sie erhalten den besten Preis, versprochen! Wir beraten Sie gerne unter 0271 3131659-0



Hotel garni Bürger

Marienborner Straße 134-136 • 57074 Siegen

info@hotel-buerger.de

www.hotel-buerger.de

Hotel garni
BÜRGER ★★

Richtiges Verhalten im Wald

- **Respekt vor der Natur:** Beim Betreten des Waldes sollten Wanderer und Jogger die Natur respektieren und sich bewusst sein, dass sie Besucher in einem sensiblen Ökosystem sind. Nicht markierte Wege sollten vermieden werden, um die Tier- und Pflanzenwelt nicht zu stören.
- **Wanderwege nutzen:** Es ist wichtig, auf den markierten Wanderwegen zu bleiben, um die natürliche Umgebung zu schützen und Erosion zu verhindern. Das Abkürzen von Wegen kann zur Zerstörung von Pflanzen und Lebensräumen führen.
- **Lärm reduzieren:** Laute Geräusche können Tiere vertreiben und ihre natürlichen Verhaltensweisen stören. Wanderer und Jogger sollten Gespräche leise führen und auf laute Musik oder laute Unterhaltungen verzichten.
- **Müllvermeidung:** Der Wald ist keine Mülldeponie. Besucher sollten ihren Abfall mitnehmen und ihn ordnungsgemäß entsorgen. Müll kann Tiere anziehen und die Umwelt verschmutzen.
- **Wildtiere respektieren:** Wilde Tiere sollten aus sicherer Entfernung beobachtet werden, ohne sie zu stören oder zu füttern. Es ist wichtig, ihre natürlichen Verhaltensweisen nicht zu beeinträchtigen.
- **Keine Pflanzen und Tiere sammeln:** Es ist verlockend, schöne Pflanzen oder Tiere im Wald mit nach Hause nehmen zu wollen, aber dies kann das Ökosystem und den Artenreichtum des Waldes gefährden. Sammeln oder stören Sie keine Pflanzen oder Tiere.
- **Hunde anleinen:** Wenn Hunde erlaubt sind, sollten sie immer an der Leine geführt werden, um andere Besucher und die Tierwelt nicht zu stören. Hundekot sollte eingesammelt und sachgerecht entsorgt werden.
- **Rücksicht auf andere Wanderer und Jogger nehmen:** Respektieren Sie die Privatsphäre anderer Besucher und überholen Sie andere langsam und vorsichtig, um Störungen zu minimieren.

Das richtige Verhalten im Wald trägt dazu bei, dass dieses wertvolle Ökosystem geschützt wird und auch künftige Generationen die Natur in ihrer ganzen Schönheit erleben können. Indem wir respektvoll mit der Umwelt und den Lebewesen umgehen, tragen wir zur Nachhaltigkeit und Erhaltung unserer wertvollen Naturräume bei.

Diese Verhaltensregeln haben wir auf Anregung von Herrn Jost Schleifenbaum von der Waldgenossenschaft Charlottental erstellt.

GEMEINSAM MACHEN WIR'S MÖGLICH!

Wander- und Outdoorausrüstung für
die SEVEN SUMMITS gibt's bei...



 Feinbier unterwegs  @feinbierunterwegs

WWW.FEINBIER-UNTERWEGS.DE

ÖFFNUNGSZEITEN

Montags bis Freitags 10.00 - 19.00 Uhr

Samstags 10.00 - 18.00 Uhr

FEINBIER UNTERWEGS KG | MARKT 9-25 | 57072 SIEGEN





Dein Weg zur Siegerlandhütte

Eine Veranstaltung von:



:anlauf

Jetzt anmelden!

www.siegerlandhuetten800.de



**WALTER
SCHNEIDER**
IHR AUTOHAUS. SEIT 1958



SIEGEN

Sektion Siegerland e.V. im Deutschen Alpenverein (DAV) e.V.

Telefon 0271 – 33 64 04

E-Mail sektion@dav-siegerland.de

Internet www.dav-siegerland.de



In der Sektion Siegerland werden in 16 Gruppen Aktivitäten der verschiedenen Sportarten für alle Altersklassen angeboten. Wir freuen uns über immer über neue Teilnehmer*innen, sei es beim **Wandern**, **Mountainbiken** oder **Klettern**, einfach mal vorbei schauen! Alle näheren Infos gibt es in der Geschäftsstelle: sektion@dav-siegerland.de

Der Deutsche Alpenverein ist die weltweit größte Vereinigung von Alpinistinnen und Alpinisten und steht für die Vereinbarkeit von Bergsport und Natur. Einige **gute Gründe für die Mitgliedschaft im DAV:**

- Mitgliedschaft im größten Sportverein des Siegerlandes (über 6.000 Mitglieder)
- Vergünstigter Zugang zum Kletterzentrum Siegerland und weiteren DAV-Kletteranlagen
- Nutzung des Ausrüstungsverleihs der Sektion
- Möglichkeit der Ausbildung für alle Spielarten des Bergsports
- Touren unter qualifizierter Leitung
- Tourenpartner und Gleichgesinnte kennenlernen
- kostenlose Zusendung Sektionsmitteilung Bergauf-Bergab und DAV-Bergsteigermagazin Panorama
- Vergünstigte Übernachtung auf über 2.000 Hütten in den Alpen, günstiges Bergsteigeressen und Getränk
- Versicherungsschutz bei alpinen Unfällen weltweit im Mitgliedsbeitrag enthalten

Unsere **Siegerlandhütte** ist in Österreich, Sölden auf 2710 m unmittelbar am Fuße der höchsten Berger in den Stubaier Alpen. Die Hütte bietet Übernachtungsmöglichkeiten für 49 Gäste und ist im Sommer von Juli bis Ende September geöffnet.



DAV Kletterzentrum Siegerland

Telefon 0271 –38798108

E-Mail info@kletterzentrum-siegerland.de

Internet: www.kletterzentrum-siegerland.de



Klettern ist Spaß und sportliche Herausforderung für Jeden. Bei dem Sport in der Höhe geht es darum, Neues auszuprobieren, Verantwortung zu übernehmen, Vertrauen aufzubauen und Grenzen zu überwinden. Alter und Können spielt dabei keine Rolle.

Auf einer Grundfläche von 580m² haben wir euch eine reine Kletterfläche von mehr als 1200m² zusammengeschraubt, an der ihr eure eigene Schwerkraft austesten könnt. An 16m hohen Wänden findet ihr mehr als 150 Routen mit den Schwierigkeitsgraden 3 bis 10 (UIAA). Top-Rope und Vorstieg sind gleichermaßen bei uns möglich. In unserem separaten Boulderbereich mit 173m² Kletterfläche habt ihr Raum zum Training von Technik und Beweglichkeit, oder um euch ganz ungezwungen an das Klettern heranzutasten.

Unsere Kursangebote finden immer unter der fachmännischen und verantwortungsvollen Leitung eines Trainers statt, die euch die wichtigsten Grundlagen, Sicherheitsaspekte und Tipps erklären, oder euch dabei helfen, den nächsten Schwierigkeitsgrad zu erreichen. Wir bieten:

- Schnupperklettern
- Toperope/Vorstiegskurse
- Kinder/Jugendgruppen
- Gruppenangebote
- Kindergeburtstage
- Bistro (Kaltgetränke und leckeren Kaffee)
- U.v.m.



Schaut einfach mal vorbei.

Euer Team vom Kletterzentrum

Stimmen vom Schirmherr und Sponsoren

Wir haben großes Interesse daran, in der Region etwas zu bewirken. Sie ist uns sehr wichtig. Wir suchen gute Leute und gute Leute brauchen eben ein gutes Umfeld.

**Prof. Dr. Bernd Buxbaum, Vertreter des Hauptsponsors,
Mitglied der Konzerngeschäftsführung der ifm-Unternehmensgruppe & CEO
pmd group**

Beim letzten Lauf habe ich Ecken kennengelernt, die ich noch nicht kannte, obwohl ich aus Siegen komme und hier aufgewachsen bin.

Tillmann Reusch, Mitglied des Vorstandes der Sparkasse Siegen

Es ist :anlauf und dem DAV der Sektion Siegerland gelungen, eine außergewöhnliche Laufveranstaltung in einer außergewöhnlichen Zeit auf die Beine zu stellen. Das muss man sich in diesen Zeiten erst einmal trauen.

Bürgermeister Steffen Mues, Schirmherr SEVEN SUMMITS SIEGEN

Echte Herausforderungen und die Suche nach kreativen Lösungen haben SEVEN SUMMITS SIEGEN zu einer großartigen Veranstaltung gemacht. Wir waren mit unserem Unternehmen schon in den vergangenen Jahren dabei und wollten uns nach unserer Umfirmierung zu HEEET - Technik im Haus unbedingt auch als Partner präsentieren. Das passt einfach.

Lino Ferda, Geschäftsführer HEEET - Technik im Haus.



THE HEEET IS ON

Bäcker Haustechnik und
Willi Gräf sind raus.

heeet.de

Ablauf & Zeitplan

- Der Marathon und die XL-Wanderung starten zwischen 8.00 und 9.00 Uhr. Zwischen 9.30 und 10.00 Uhr starten die Läuferinnen und Läufer über 25 km. Die Classic-Wanderung über 25 km startet ab 10.00 Uhr.
- Die genaue Startzeit wird vorher zugewiesen, per Mail bzw. auf unserer Homepage angezeigt.
- Die Strecke ist vorgegeben und beim Wettbewerb Laufen mit 10 Kontrollpunkten (7 Gipfel und drei weitere Kontrollpunkte) versehen.
- Beim Marathon und der XL-Strecke gibt es mehrere Ausstiegsmöglichkeiten.
- Die Zeitnahme erfolgt durch Martin Stinner über die Startnummer. Vor allem die ambitionierten Läuferinnen und Läufer bitten wir ihre Laufleistung per Lauf-App zu dokumentieren.
- Der Zielbereich befindet sich am Kletterzentrum des Deutschen Alpenvereins Sektion Siegerland (Effertsufer). Dort ist auch eine große Videowand aufgebaut, auf der der Zieleinlauf zeitversetzt zu sehen ist. Die Fotos unseres Eventfotografen Frank Steinseifer können nach der Veranstaltung kostenlos heruntergeladen werden. Eine Bühne mit Fotowand ist ebenfalls aufgebaut.
- Ab 11 Uhr gibt es am Kletterzentrum eine Bewirtschaftung mit Kuchen, Kaffee, Grillwaren und Kaltgetränken.
- **11.00 bis 15.00 Uhr Ankunft MARATHON**
- **11.00 bis 13.00 Uhr Ankunft LAUFEN 25km**
- **14.00 bis 18.00 Uhr Ankunft WANDERN 25km**
- **16.00 bis 22.00 Uhr Ankunft WANDERN 50KM**
- Zielschluss für alle Wettbewerbe ist 22.00 Uhr



Krombacher

ALKOHOLFREI

0,0%

SCHMECKT

GRENZENLOS

ERFRISCHEND.

Natürlich. Isotonisch. Alkoholfrei.



Veranstaltungsorganisation

Veranstalter: :anlauf & DAV Sektion Siegerland
Organisation: :anlauf
Planung: Martin Hoffmann, Henry Niemeyer

Presse, Homepage & Social Media: :anlauf
Streckenbetreuung: DAV Sektion Siegerland, THW Siegen
Zeiterfassung: ausdauer57
Veranstaltungsbüro :anlauf: Martin Hoffmann, Daniel Röcher
DAV-Geschäftsstelle: Christine Weber
Drucksachen: :anlauf-Büro
Moderation: Felix Menn & Martin Hoffmann
Fotos: Frank Steinseifer/laufen57
Ein herzliches Dankeschön an: Bauhof der Stadt Siegen

Veranstaltungsbüro:

:anlauf Büro Bahnhof Eintracht
Eiserfelder Str. 8
57072 Siegen
Tel: 0271 40578691
Mail: info@anlauf-siegen.de



www.seven-summits-siegen.de



info@seven-summits-siegen.de



SEVENSUMMITSSIEGEN



sevensummitssiegen

Vielen Dank an die Sponsoren und Unterstützer:

Die professionelle Durchführung einer Veranstaltung wie SEVEN SUMMITS SIEGEN benötigt die Unterstützung von Sponsoren und Förderern. Wir bedanken uns recht herzlich für das vielfältige Engagement.

Hauptsponsoren:



Sponsoren:



Unterstützer:



SIEGEN 
MARATHON

Eine Veranstaltung von

:anlauf

DAV
Siegerland



SEVEN SUMMITS SIEGEN



pmd
REALISE YOUR DREAM



Sportforum
Siegen

DEIN SOMMERHIGHLIGHT!

in der grünsten Großstadt Deutschlands

24. AUGUST 2024

7 GIPFEL - 25/50KM - 800/1200HM

WWW.SEVEN-SUMMITS-SIEGEN.DE

SIEGEN 
MARATHON

Eine Veranstaltung von

:anlauf

DAV
Siegerland



SEVEN SUMMITS SIEGEN



pmd
REALISE YOUR DREAM



Sportforum
Siegen

DEINE CHALLENGE!

in der grünsten Großstadt Deutschlands

24. AUGUST 2024

7 GIPFEL - 25/50KM - 800/1200HM

WWW.SEVEN-SUMMITS-SIEGEN.DE



HIGHTECH ENTSTEHT HIER.

ZUKUNFTSTECHNOLOGIE TRIFFT LEBENSQUALITÄT.

JETZT BEWERBEN.

[SUMMIT-SIEGEN.DE/YOUR-CAREER](https://summit-siegen.de/your-career)



pmd
IMAGINE YOU CAN