

# MidSummerRun im Alstertal am 16.06.2023

## Teilnehmer Informationen von A – Z

**Der Lauftreff Alstertal e.V. ist seit 44 Jahren am Oberlauf der Alster zu Hause. Natur Pur!**  
**Daher möchten wir gerne in Hamburg einen Lauf unter den Aspekten des Umweltschutzes und der „17 UN-Ziele für nachhaltige Entwicklung“ etablieren. Wir wollen Laufveranstaltungen umweltschonender machen.**

### **Veranstaltungsort:**

Hamburg: Alsterwanderweg am Torhaus Wellingsbüttel

### **Anmeldung:**

**Die Anmeldung ist verbindlich.**

### **Anmeldeschluss:**

Anmeldungen können generell bis zum Lauftag erfolgen, solange das Startkontingent nicht erreicht ist. Der Veranstalter behält sich vor, die Zahl der Teilnehmer aufgrund der Naturstrecke zu begrenzen. Das Erreichen des Teilnehmerlimits wird im Internet bekanntgegeben.

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

**Aktuelle Infos im Internet:** [www.lauftreff-alstertal.de/midsummer](http://www.lauftreff-alstertal.de/midsummer)

**Ärztliche Versorgung:** Ein Rot-Kreuz-Wagen steht im Zielbereich zur Verfügung

**Auszeichnung:** Ergebnislisten nur per Download im Internet

### **Corona Ampel:**

Um auf die jeweils aktuellen Corona-Bedingungen zu reagieren haben wir eine Corona-Ampel eingeführt. Hier ist auf den ersten Blick der Status unserer Veranstaltung zu erkennen.

<http://lauftreff-alstertal.de/service/ausschreibung-pdf-2>

**Fotodienst:** <http://www.meine-sportfotos.de/de/home/>

### **Fragen vor Ort:**

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

### **Gepäckaufbewahrung / Öko-WC:**

Öko-WC Kabinen (Holz) und Gepäckaufbewahrung auf dem Gelände, Duschen sind leider nicht vorhanden.

### **Getränkestand für Läufer:**

10-km-Lauf: bei km 4,1 und im Ziel für alle

### **Haftung:**

Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Unfälle aller Art, Diebstahl und andere Schäden.

Der Haftungsausschluss wird mit dieser Anmeldung anerkannt.

### **Homepage und weitere Informationen zum Lauftreff Alstertal e.V.:**

[www.lauftreff-alstertal.de](http://www.lauftreff-alstertal.de)

### **Lastschrifteinzug:**

Retourkosten nach Lastschrifteinzug gehen zu Lasten des Anmeldenden/Teilnehmer

### **Nachmeldungen:**

Meldungen sind nur bis zum Erreichen der max. Teilnehmerzahl möglich, wenn dieses entsprechend bekannt gegeben wird. Informationen siehe Internet: [www.lauftreff-alstertal.de/midsummer](http://www.lauftreff-alstertal.de/midsummer)

### **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 dem nördlichen Gelände vor dem Torhauses.

### **Startgelder:**

**10 km** 16,50 Euro + 3,00 ZeitmessChip

**5 km** 13,00 Euro + 3,00 ZeitmessChip

**Neu "Lauf-Fuffi":** 0,50 Euro von jeder Startgebühr werden wir spenden (damit wollen wir das Ziel Nr. 4 der 17 UN Ziele unterstützen) \* (s.u)

**Sponsoren:**

Unterstützt werden wir jedes Jahr durch sportbegeisterte und umweltbewusste Sponsoren. Schaut euch bei unseren Kooperationspartnern einmal um. Im Internet und dann auch bei uns vor Ort.

**Startunterlagenausgabe am Treffpunkt (s.u.):**

Abholung am Wettkampftag von 16 -18:00 Uhr.

**Startzeiten:**

10 km 18.00 Uhr

5 km 18:10 Uhr

(wenn dies aufgrund der dann aktuellen Corona-Verordnungen möglich ist. Achtet bitte auf die aktuellen Änderungen zum Lauf in unserer Homepage / Corona Ampel)

**Strecke:**

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

**Strecken:**

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

**Streckenprofil:**

Im Internet: <http://lauftreff-ilstertal.de> (Strecken sind ganz unten abgebildet)

**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 <http://lauftreff-ilstertal.de/service/agb> Vereinszugehörigkeit ist nicht notwendig.

**Teilnehmerliste:**

Nach Anmeldung und Begleichung der Gebühr im Internet unter [www.lauftreff-ilstertal.de/midsummer](http://www.lauftreff-ilstertal.de/midsummer)

**Treffpunkt:**

Wiese auf der Nordseite am Torhaus Wellingsbüttel, Wellingsbütteler Weg 75B, 22391 Hamburg

**Wetter + Strecke - Wichtige Hinweise:**

Es sind keine Nordic-Walking Stöcke erlaubt.

Es sind keine Spikes erlaubt! Ebenso Kopfhörer oder Babyjogger

Durch Witterungseinflüsse sind Änderungen in der Streckenführung und damit der Streckenlänge möglich.

Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt.

**Zeitmesssystem:**

Die Zeitmessung (Nettozeit) erfolgt über Miet-Transponder durch die sportservice hamburg GbR. Die 3,00 Euro Miete sind im Anmeldepreis enthalten. Eigene BMS Chips können leider nicht benutzt werden.

**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:**

Auf der Strecke mit dem Lauftreff Alstertal ...

Treffpunkt am Alstertalwanderweg /Parkplatz des UHC /Wesselblek 8, 22339 HH / geht ab von der "Alte Landstraße"

Dienstag **18:30 Uhr**

Samstag **14:00 Uhr**

**Veranstalter:**

Lauftreff Alstertal e.V.

**Gesamtleitung:**

Angela Frauenstein-Kiewitt

mailto: [midsummerrun@lauftreff-ilstertal.de](mailto:midsummerrun@lauftreff-ilstertal.de)

## Unsere Spende geht in diesem Jahr 2023 an die

### Evangelische Stiftung Alsterdorf

(0,50 € aus dem Startgeld). Damit möchten wir auch das Ziel Nr. 4 der 17 UN Ziele unterstützen. Hier ein Auszug aus der Homepage der Evangelische Stiftung Alsterdorf:



<https://www.alsterdorf.de/arbeitsfelder/bildung.html>

## "Bildung"

Sich durch Bildung weiterentwickeln – diese Möglichkeit sollen Menschen jeden Alters haben

Ob mit oder ohne Handicap, ob Kinder, Jugendliche oder Erwachsene. Bei uns ist Lernen gelebte Inklusion – alle können dabei sein. Von der Kita über unsere Schulen bis zur Erwachsenenbildung.“

Mehr zu unserer Umsetzung der 17 Ziele für eine nachhaltige Entwicklung der Agenda 2030 der Vereinten Nationen´ findest Du auf unserer Homepage und es wird kurz vor dem Lauf noch eine Information dazu geben; besonders auch dazu, wie Du dies durch Deine Teilnahme aktiv unterstützen kannst.