



11. Stadtlauf „RUN FOR HELP“

zugunsten der



Lüneburg, 25. Mai 2018

Ausschreibung für Laufen und Walking



Präsentiert von der

Veranstaltungs-Nummer : 18V09000440200007

**Volksbank
Lüneburger Heide eG**



Was ist Multiple Sklerose ?

Multiple Sklerose ist eine der häufigsten Erkrankungen des zentralen Nervensystems. Gesunde Nervenbahnen sind, einem Kabel vergleichbar, durch eine Schicht – die Myelinschicht- isoliert. Dadurch werden die vielfältigen Signale, die unser Gehirn aussendet und empfängt, geschützt. Bei MS werden diese Myelinschichten durch einen entzündlichen Prozess angegriffen und zerstört. Die Entzündungsherde können an ganz unterschiedlichen Stellen im Gehirn und Rückenmark auftreten. Deshalb wird von multipler (vielfacher) Sklerose gesprochen. An diesen Stellen entstehen Narben und hartes (sklerotisiertes) Gewebe. Dieses verhärtete Gewebe kann Nervensignale nicht mehr weiterleiten.

MS – die Krankheit der 1000 Gesichter

Je nachdem, welche Stellen des Zentralnervensystems betroffen sind, können bei den Patienten vielfältige Symptome auftreten. Z.B. Gangunsicherheit und Gleichgewichtsstörungen, Taubheitsgefühle und Schwindel, Seh- und Sprachstörungen, abnorme Ermüdbarkeit und starke Erschöpfung, spastische Versteifung und Lähmung, bis hin zu völliger Bewegungsunfähigkeit.

MS ist eine „junge Krankheit“

Das häufigste Erkrankungsalter liegt zwischen dem 20. und 40. Lebensjahr. Aber auch bereits im Kindes- und Jugendalter wird MS diagnostiziert. Multiple Sklerose ist noch immer nicht heilbar- trotz weltweit betriebener Forschung.



■ Deutsche
■ Multiple Sklerose
■ Gesellschaft
■ Landesverband

Niedersachsen e.V.

WIR BERATEN Erkrankte und Angehörige
WIR HELFEN wenn es schwierig wird
WIR FÖRDERN die Hilfe zur Selbsthilfe
WIR UNTERSTÜTZEN die selbständige Lebensführung
WIR MACHEN uns stark für MS Betroffene
WIR ORGANISIEREN Vorträge, Seminare, Patientenforen und
Gesprächsreihen für Neuerkrankte

Hilfe in der Region:

DMSG Beratungsstelle Winsen / Lüneburg

Leitung: Waltraut Heus
Mühlenstr. 2 – 21423 Winsen (Luhe)
Telefon: 04171-629 24
E-Mail: heus@dmsg-niedersachsen.de

www.dmsg-beratung-runforhelp.de

DMSG Kontaktgruppe - Austausch für Betroffene und Angehörige

E-Mail: www.dmsg-kg-lueneburg.de

*HIER BEWEGT
SICH WAS!*

Die Hilfsangebote für MS Erkrankte werden
zu 95% aus Spenden ermöglicht.

Jeder Euro hilft !

Unterstützer und Förderer der DMSG und des Stadtlaufes



Round Table 70
Lüneburg



Vorwort:

Der Lüneburger Stadtlauf 2018 steht wieder unter dem Motto "RUN FOR HELP", Gesunde starten für MS-Kranke. Veranstalter ist die **Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft (DMSG)**, **Landesverband Niedersachsen e.V.**, sportlicher Organisator der **MTV Treubund Lüneburg v. 1848 e.V.**

Der "RUN FOR HELP" wird unter der Schirmherrschaft des Lüneburger **Oberbürgermeisters Herrn Ulrich Mädge** durchgeführt.

Statt dem bei Volksläufen üblichen Startgeld sollte freiwillig eine Startgeldspende gestiftet werden. Also liebe Läuferinnen und Läufer, ran an den Start und „RUN FOR HELP“!!!

Je größer das Teilnehmerfeld, desto größer wird der gesamte Spendenbetrag! Ziel ist es, die Spendensumme des Laufes 2016, die € **18 634,82** betrug, zu überbieten.

Teilnahmebedingungen:

Teilnahmeberechtigt ist jeder. Eine Mitgliedschaft im MTV Treubund Lüneburg von 1848 e.V. oder eines anderen Sportvereines ist nicht erforderlich.

Der Teilnehmer erklärt durch seine Meldung, dass er für die Teilnahme am Wettbewerb ausreichend trainiert ist und keine medizinischen Gründe gegen eine Teilnahme sprechen. Einen Selbsttest Ihrer Gesundheit anhand eines Fragebogens der Humboldt Universität Berlin, sogenannter PAPS-Test, können Sie im Internet unter www.leichtathletik.de/laufen/paps-test/ abrufen. Bitte nutzen Sie diesen Selbsttest.

Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt. Änderungen ausgelöst durch eine ungünstige Wetterlage oder andere Umstände behalten wir uns vor. Die Teilnahme geschieht auf eigene Gefahr. Der Veranstalter übernimmt keine Haftung bei Unfällen, Diebstählen und sonstigen Schadensfällen.

Kinder und Jugendliche benötigen zum Start die Zustimmung eines Erziehungsberechtigten.

Der 11. Stadtlauf „Run for Help“ ist als stadionferne Veranstaltung vom Deutschen Leichtathletik Verband (DLV) genehmigt und unterliegt daher den Regelungen der Deutschen Leichtathletik Ordnung (DLO). Neben Einschränkungen der Streckenlängen bei Kindern und Jugendlichen sind auch die Anti-Doping Regelungen für uns als Veranstalter bindend. Bitte informieren Sie sich hierzu insbesondere bei medizinisch notwendiger Medikamenteneinnahme auf der Internetseite der Nationalen Doping Agentur Deutschland (NADA) unter www.nada.de.

Das Verbreiten von rassistischen, menschenverachtenden oder antidemokratischen Gedankengutes sowie das Tragen von Kleidung / Sportkleidung mit entsprechenden Symbolen wird nicht geduldet und führt zum Ausschluss von der Sportveranstaltung und Verweis vom Vereinsgelände des MTV Treubund Lüneburg von 1848 e.V.

Austragungsort:

Start und Ziel ist im Sportpark Uelzener Straße des MTV Treubund, Uelzener Str. 90. Die Laufstrecke hat eine Länge von 8,75 km und führt durch den Kurpark sowie die Innenstadt der Hansestadt Lüneburg. Die Strecke ist gekennzeichnet und wird durch Ordner gesichert. Sie ist nicht bestenlistenfähig und im Internet unter www.laufkalender24.de einsehbar.

immer auf dem laufenden
laufkalender24.de

Umkleide- und Duschkmöglichkeiten befinden sich in der Sporthalle des MTV Treubund und im Tribünengebäude im Sportpark. Parkmöglichkeiten sind an der Willy-Brandt-Str. vorhanden. Die Anfahrt ist ausreichend gekennzeichnet.

Die Zeitnahme erfolgt mit einem elektronischen Zeitmeßsystem. Für nicht zurückgegebene Transponder wird ein Unkostenbeitrag von 15,00 € erhoben.

Unterstützer und Förderer der DMSG und des Stadtlaufes



G.V.K.



Meldungen:

Einzelmeldungen sollten vorzugsweise über den Anmeldeserver erfolgen:

Internet: vom 1. März 2018 bis 19. Mai 2018

www.stgk.de oder www.mtv-treibund.de

Es sind unbedingt Name, Vorname, Jahrgang und vollständige Anschrift anzugeben. Meldungen ohne vollständige Angaben können nicht bearbeitet und berücksichtigt werden.

Sammelmeldungen mit mehr als 3 Teilnehmern können auch bis zum 19. Mai 2018 gerichtet werden an:

Stadtlauf 2016, Wilhelm Stumpenhausen

Am Bergfeld 59, 21335 Lüneburg

E-Mail: stadtlauf-lueneburg@t-online.de

Bei Sammelmeldungen von Vereinen, Gruppen, Firmen usw. sind die Namen, Vornamen, Geburtsjahrgänge, Geschlecht und jeweilige Wettbewerbe der Teilnehmer sowie die Nennung eines Verantwortlichen mit Adresse erforderlich.

Nachmeldungen:

Nachmeldungen nach dem 19. Mai 2018 sind ausschließlich am Veranstaltungstag, 25. Mai 2018, von 9:00 Uhr bis 16:00 Uhr im Tribünengebäude am Austragungsort möglich. Für Nachmeldungen wird ein Nachmeldeentgelt von 3,00 € (75 m, 400 m und 800 m 1,50 €) erhoben.

Startgeld:

Ein Startgeld wird **nicht** erhoben. Für ein freiwillig entrichtetes Startgeld, das ausschließlich der DMSG als Spende zukommt, ist der Veranstalter jedoch dankbar. Spendenbescheinigungen können erstellt werden.

Spendenkonto: DMSG-Run for Help

IBAN: DE97 2406 0300 9374 8027 00

BIC: GENODEF1NBU

Startunterlagenausgabe:

Die Ausgabe der Startunterlagen erfolgt am Veranstaltungstag von 9:00 – 16:00 Uhr im Tribünengebäude und ab 17:00 Uhr im Eingangsbereich der MOTIVO Kindersportschule im Sportpark Uelzener Straße.

Zeitnahme und Wertungen:

Die Zeitnahme erfolgt mit einem Transpondersystem der Fa. STGK. Der Transponder ist am Schuh mit der Bänderung zu befestigen. Für Schuhe mit Klettverschluss stehen Befestigungsbänder bei der Startunterlagenausgabe zur Verfügung.

Die Altersklasseneinteilung erfolgt nach den Regelungen der Leichtathletikordnung des DLV. Die Altersbegrenzung beim Stadtlauf über 8,75 km erfolgt aus Gründen des Jugendschutzes gemäß der DLO. Walker werden gesondert gewertet.

Auszeichnungen:

Siegerin und Sieger des Hauptlaufes erhalten einen Pokal.

Alle Kinder im Bambini-, Kinder- und Jugendlauf erhalten im Ziel eine Medaille. Teilnehmer am Stadtlauf können gegen einen Kostenbeitrag von 3,00 € eine speziell für die Veranstaltung aufgelegte Medaille erwerben.

Beim Kinder- und Jugendlauf erhalten die drei Zeitschnellsten jeder Altersklasse eine Urkunde bei der jeweiligen Siegerehrung.

Alle Teilnehmer können auf Wunsch gegen Erstattung der Kosten von 3,00 € eine Urkunde mit Angabe der Platzierung und der gelaufenen Zeit sowie eine gedruckte Ergebnisliste, ebenfalls 3,00 €, erhalten. Ergebnislisten und Urkunden sind auch im Internet ab dem 28. Mai 2018 unter www.stgk.de abrufbar.

Teamwertung:

Für alle Sammelmeldungen von Mannschaften, Teams, Gruppen usw. erfolgt eine spezielle Ehrung. Maßgebend hierfür sind die Anzahl der gemeldeten Teilnehmer bis zum 19. Mai 2018.

Zeitplan:

- | | |
|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 9:00 – 16:00 | - Abholung der Startunterlagen und Nachmeldungen im Tribünengebäude |
| 17:00 Uhr | - Abholung der Startunterlagen im Eingangsbereich der MOTIVO Kindersportschule |
| 17:00 Uhr | - Start Jugendläufe 800 m / Mädchen und Jungen getrennt
Jahrgänge 2001 - 2010 |
| 18:00 Uhr | - Start Kinderläufe 400 m / Mädchen und Jungen getrennt
Jahrgänge 2005 - 2012 |
| 18:40 Uhr | - Start Bambinilauf 75 m / Mädchen und Jungen getrennt
(Jahrgänge 2011 und jünger) |

Aus Sicherheitsgründen finden beim Jugend- und Kinderlauf weitere Unterteilungen nach Jahrgängen statt.
ab etwa 19:00 Uhr - Siegerehrung Kinder- und Jugendläufe

- 20:00 Uhr - Start Hauptlauf 8,75 km
(Jahrgänge 2006 und älter, max. 1400 Teilnehmer)
- ab 21:00 Uhr - Fun after Run
- 21:45 Uhr - Zielschluss und Siegerehrung (nur
Gesamtsieger M und W)

Verpflegung:

An der Laufstrecke ist eine Getränkestelle eingerichtet. Nach dem Lauf stehen für die Teilnehmer isotonische Getränke und Mineralwasser kostenfrei zur Verfügung. Weitere Speisen und Getränke können Grill sowie im Restaurant im Sportpark käuflich erworben werden



Tombola:

Anhand der Startnummern werden die Gewinner von attraktiven Preisen ermittelt.

Datenschutz:

Die Teilnehmer bzw. deren Erziehungsberechtigte erklären sich damit einverstanden, dass die in der Meldung angegebenen personenbezogenen Daten zur Durchführung der Veranstaltung verwendet werden. Ferner erklären sie sich damit einverstanden, dass das beim 11. Stadtlauf „Run for Help“ erzielten Laufergebnis (Ziel- und Zwischenzeiten in Stunden, Minuten, Sekunden) zusammen mit den Vor- und Nachnamen sowie dem Geburtsjahr und der Vereinszugehörigkeit für die Erstellung der Teilnehmer- und Ergebnisliste verwendet werden darf. Diese Listen werden veröffentlicht.

Der Veranstalter versichert keine personenbezogenen Daten an veranstaltungsfremde natürliche oder juristische Personen weiterzugeben oder zu vermitteln.

Die Teilnehmer bzw. deren Erziehungsberechtigte erklären sich damit einverstanden, dass die im Zusammenhang mit dem 11. Stadtlauf „Run for Help“ gemachten Fotos, Filmaufnahmen und Interviews in Rundfunk, Fernsehen, Werbung, Büchern, fotomechanischen Vervielfältigungen ohne Vergütungsanspruch unsererseits genutzt und weitergegeben werden dürfen.

Unser Dank gilt den über 100 freiwilligen Helfern, dem DRK Kreisverband Lüneburg, dem THW Ortsverband Lüneburg, den ehrenamtlichen Helfern der Lebenshilfe Lüneburg-Harburg gGmbH, dem Bauhof der Hansestadt Lüneburg sowie den Sponsoren und Unterstützern, ohne deren Hilfe die Organisation und Durchführung eines solchen sportlichen Ereignisses nicht möglich wäre.



Weitere Laufveranstaltungen des MTV Treubund Lüneburg:

48. E.ON Tiergarten-Volkslauf 9. September 2018

Silvesterlauf 31.12.2018 14:00 Uhr

Info: volkslauf.mtv-treibund@t-online.de

Tel.: 04131 / 760062

www.mtv-treibund.de

Unterstützer und Förderer der DMSG und des Stadtlaufes

reha team lüneburg
Unser Lächeln hilft

