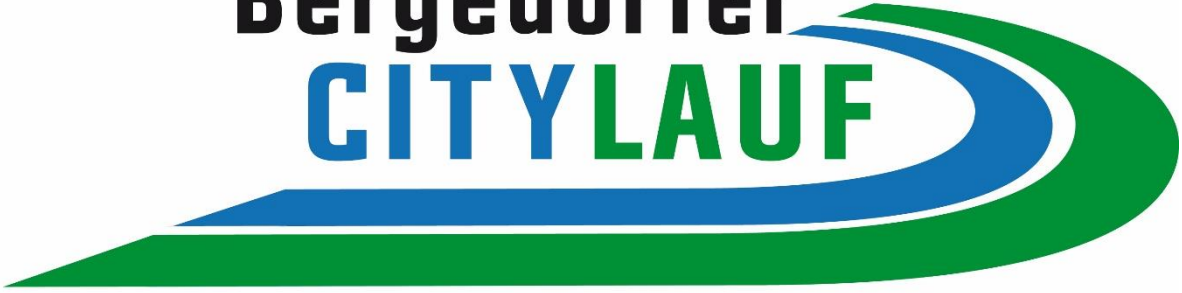


Bergedorfer CITYLAUF



TSG BERGEDORF ▪ BERGEDORFER ZEITUNG

Herzlich willkommen zum 10. Bergedorfer Citylaufs am 11.6.2023!

In wenigen Tagen fällt der Startschuss für den 10. Bergedorfer Citylauf. Wir freuen uns, dass Du dabei bist und möchten Dir hiermit einige wichtige Informationen zukommen lassen:

Als erstes möchten wir folgenden wichtigen Hinweis geben:

Die Wettervorhersage sagt für Sonntag hohe Temperaturen voraus. Wir empfehlen, vor dem Lauf Sonnenschutzmittel aufzutragen. Trage während des Laufs nach Möglichkeit eine leichte Kopfbedeckung (Cap o.ä.). Nutze in jeder Runde die Wasserstation am Hansagymnasium zur Erfrischung, auch wenn Du keinen Durst haben. Denke an die alte Läuferregel: Trinke, bevor der Durst dich einholt. **Aber das wichtigste ist:** Falscher Ehrgeiz ist beim Bergedorfer Citylauf fehl am Platz. Unser Lauf soll Spaß machen und ein möglicher Weltrekord würde offiziell auch gar nicht anerkannt 😊. Wenn Dir also wegen der Hitze mal die Puste ausgeht, gehe lieber ein paar Schritte. Auch den Lauf abzubrechen ist keine Schande, sondern ein Zeichen Deiner Souveränität!

WANN UND WO IST DIE STARTNUMMER/DAS STARTERPAKET ERHÄLTlich?

Um am Sonntag lange Warteschlangen zu vermeiden, empfehlen wir von der Möglichkeit Gebrauch zu machen, das Starterpaket bereits am Freitag oder Samstag abzuholen.

Die Startnummernausgabe erfolgt im City-Center Bergedorf (CCB), Bergedorfer Str. 105, 21029 HH, auf der gläsernen Brücke über den Serrahn zu folgenden Zeiten:

Freitag, 09. Juni: 15:00 – 19:00 Uhr.

Samstag, 10. Juni: 11:00 – 19:00 Uhr.

Am Sonntag, den 11. Juni erfolgt die Startnummernausgabe ab 08:00 Uhr, bis 30 Minuten vor dem jeweiligen Start, in der Werner-Schröder-Halle des TSG Sportzentrums BULT (Bult 8, 21029 HH). Diese befindet sich in unmittelbarer Nähe des Startzielbereiches. Bitte bringe zur Abholung Deine Bestätigungsmail mit. Dafür benötigst du keinen Ausdruck, der Nachweis auf Deinem Handy reicht aus.

WAS BEINHALTET DAS STARTPAKET?

Im Starterpaket befinden sich

EINZELSTARTER:

- Die Startnummer
- 1 Chip für die Zeitmessung
- 4 Sicherheitsnadeln zur Befestigung der Startnummer
- Werbeartikel von Sponsoren (so lange der Vorrat reicht)

STAFFEL:

- 4 Startnummern (jeweils mit einem kleinen Zusatz: 1.,2.,3.,4.)
- 1 (!) Chip für die Zeitmessung (s.u.)
- 16 Sicherheitsnadeln zur Befestigung der Startnummer

- Werbeartikel von Sponsoren (so lange der Vorrat reicht)

T-Shirt:

- Ein T-Shirt, sofern dieses bei der Anmeldung bestellt wurde.

!!!Achtung!!!!

Bitte überprüfe Dein Ihr Startpaket unbedingt nach Erhalt noch vor Ort auf Vollständigkeit und ob die Startnummer mit der Nummer auf dem Chip übereinstimmt. Spätere Reklamationen sind nicht möglich. Bei Verlust der Startnummer gibt es keinen Ersatz.

WIE WIRD DIE STARTNUMMER ANGEBRACHT?

Die Startnummer wird mit 4 Sicherheitsnadeln befestigt, die im Startpaket enthalten sind. Die Startnummer bitte vorne anbringen und nicht auf dem Rücken.

WIE FUNKTIONIERT DER CHIP?

EINZELSTARTER:

Eine korrekte Zeiterfassung ist nur möglich, wenn der Chip am Laufschuh (Schnürsenkel) befestigt wird. **Eigene Chips oder Chips von anderen Läufen können nicht benutzt werden.**

Deinen Chip gibst Du nach dem Rennen im Tausch gegen die Medaille wieder ab (s.u.).

STAFFEL:

Pro Staffel gibt es nur einen Chip! **Dieser wird am Laufschuh des Schlussläufers befestigt.** Die ersten drei Läufer benötigen keinen Chip, da die Zeiterfassung automatisch mit dem Startschuss erfolgt. **Der Wechsel zum nachfolgenden Staffelläufer erfolgt hinter der Start/Ziellinie in einem am Boden markierten Bereich per „abklatschen“.** **Wichtig: Der Schlussläufer darf nicht dem*der Vorläufer*in über die Start/Ziellinie entgegenlaufen! Dieses löst eine falsche Zeitmessung aus.**

Am Ende des Vinhagenwegs, kurz vor der Zielkurve, befindet sich der „Staffeltreff“, der am Boden entsprechend markiert ist. Dort können sich in der Schlussrunde die Staffelläufer der jeweiligen Staffeln treffen, um dann gemeinsam unter dem Applaus der Zuschauer ins Ziel zu laufen.

WANN UND WIE BEKOMMST DU DEINE URKUNDE?

Die persönliche Urkunde und eine Ergebnisliste ist nach dem Rennen abrufbar unter www.bergedorfer-citylauf.de.

WIE KOMMST DU ZUM VERANSTALTUNGSGELÄNDE?

Da im Bereich der Veranstaltung die Anzahl der Parkplätze begrenzt ist, empfehlen wir die Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln: Vom S-Bahnhof Bergedorf bis zum Start/Zielbereich in der Chrysander Straße (Höhe Hausnummer 26) sind es zu Fuß nur wenige Minuten. Wer mit dem Auto anreist, sollte dem Parkleitsystem der Bergedorfer Innenstadt folgen. Vom größten naheliegenden Parkplatz (Frascatiplatz) bis zur Chrysander Straße sind es ebenfalls nur wenige Gehminuten.

WANN SOLLST DU DA SEIN?

Wir empfehlen, sich spätestens 15 Minuten vor dem Startschuss der jeweiligen Läufe im Start/Zielbereich (s.o.) einzufinden.

- 09:45 Uhr: Kinderlauf (→ Startschuss: 10:00 Uhr)
- 10:45 Uhr: Inklusions- und Schnupperlauf (→ Startschuss: 11:00 Uhr)
- 12:15 Uhr: Hauptlauf Einzel und Staffel (→ Startschuss: 12:30 Uhr)

KANNS DU DICH VOR ORT UMZIEHEN?

Im TSG Sportzentrum am Bult (Bult 8, 21029 Hamburg) steht den Teilnehmer*innen die Werner-Schröder-Halle zum Umziehen zur Verfügung. Du kannst dich in der Halle umziehen (keine Geschlechtertrennung) oder die vorhandenen Umkleieräume mit Duschen (Geschlechtertrennung) nutzen, deren Kapazitäten allerdings beschränkt sind.

WO KANNST DU DEINE SPORTTASCHE ABGEBEN?

In der Turnhalle können Sporttaschen und Kleidung kostenlos gelagert werden. Der Bereich ist jedoch nicht ständig überwacht. Eine Haftung bei Diebstahl oder Verlust für dort gelagerte Sporttaschen oder andere Gegenstände wird vom Veranstalter nicht übernommen.

GIBT ES SANITÄRE ANLAGEN VOR ORT?

WCs befinden sich im TSG Sportzentrum am Bult und auf dem Veranstaltungsgelände neben dem Cafe Chrysander.

WIE VERLÄUFT DIE STRECKE?

- Kinderlauf (2 Runden):
Vom Start in der Chrysander Straße geht es über die Ernst-Mantius-Straße, die Alte Holstenstraße, die Bergedorfer Schloßstraße und den Vinhagenweg wieder in die Chrysander Straße (Ziel)
- Inklusions- und Schnupperlauf (2 Runden) und Hauptlauf (4 Runden):
Vom Start in der Chrysander Straße über Augustastraße, Grasredder, Dreieichenweg, Hermann-Distel-Straße (Wendepunkt auf dem Schulhof des Hansa-Gymnasiums) zurück über Hermann-Distel-Straße, Dreieichenweg, Grasredder, Augustastraße, Ernst-Mantius-Straße, Alte Holstenstraße, Bergedorfer Schloßstraße, Vinhagenweg zum Ziel in der Chrysander Straße.

Eine Übersicht über den Streckenverlauf und den Start/Zielbereich findest Du in der angehängten Streckenskizze.

RUNDENZÄHLUNG

Die Anzahl der Runden beträgt:

- Kinderlauf: 2 Runden a 1,25 km
- Inklusionslauf: 2 Runden a 2,5 km
- Hauptlauf: 4 Runden a 2,5 km

ZIELEINLAUF

Unsere Bitte an alle Läufer*innen: Um nachfolgende Läufer*innen nicht zu behindern, bitten wir Dich, nach dem Zieleinlauf die Laufstrecke zügig nach links in Richtung Schlossgarten zu verlassen. Dort gibt es eine Erfrischungsstation, die Ausgabe der Medaillen und eine Rückgabestation für Deinen Chip.

VERPFLEGUNG AN DER STRECKE

Es gibt an zwei Stationen kostenfrei Wasser:

- Auf der Laufstrecke: Am Wendepunkt auf dem Schulhof des Hansa-Gymnasiums.
- Nach dem Lauf: Gegenüber der Medaillenausgabe/Chips-Rückgabe

ESSEN UND TRINKEN FÜR DIE ZUSCHAUER

Gegenüber vom Start/Zielbereich befindet sich das Cafe Chrysander

Bring Deine Familie und Deine Freunde zum anfeuern mit und genießt gemeinsam eine tollen Sonntag im wunderschönen Bergedorf.

WIR WÜNSCHEN DIR VIEL SPASS BEIM 10. BERGEDORFER CITYLAUF!

DEINE TSG Bergedorf und Bergedorfer Zeitung

P.S.: Falls Du Verwandte, Freunde oder Bekannte hast, die sich noch nicht angemeldet haben:

*Solange die maximale Teilnehmerzahl noch nicht erreicht ist, ist eine Onlineanmeldung über www.bergedorfer-citylauf.de noch bis einschließlich 10. Juni 2023 (Mitternacht) möglich. Ab dann ist eine Anmeldung ab 08:00 Uhr nur vor Ort und **ausschließlich gegen Barzahlung** bis eine Stunde vor Start des jeweiligen Laufes in der Werner-Schröder-Halle des TSG Sportzentrums BULT (Bult 8, 21029 HH) möglich.*

Wir bedanken uns bei unseren Partnern, für ihre Unterstützung:



Bei uns ist jeder willkommen!

ROTE PFEILE ■ Kinderlauf 2,5 km (2 Runden)

BLAUE PFEILE ■ Inklusionslauf 5 km (2 Runden)

■ Hauptlauf 10 km (4 Runden)



Bergedorfer CITYLAUF

TSG BERGEDORF • BERGEDORFER ZEITUNG

TSG Sportzentrum Bult

B207