

Klingenlauf



VERANSTALTERGEMEINSCHAFT

Solingen



34. Klingenlauf

16. Juni 2022
Südpark Solingen

Ausschreibung Firmenlauf

5-km-Lauf für Firmen-Teams

Ausgeschrieben wird eine Mannschaftswertung aus Firmenteams im Rahmen des 5-km-Wettbewerbs beim Solingen Klingenlauf.

Geleitwort des Oberbürgermeisters

Bewegung ist in unserer technisierten Berufswelt ein Mangel geworden. Einher mit Bewegungsmangel gehen nachgewiesener Maßen gesundheitliche Risiken z.B. für das Herz-Kreislaufsystem und den Stoffwechsel. Die Kompensation und die Eindämmung von gesundheitlichen Risiken bleiben weitgehend der privaten Initiative überlassen.

Darum freue ich mich über alle Solinger Initiativen, die eine gesunde und aktive Lebensführung unterstützen. Die positiven Auswirkungen des Ausdauertrainings auf Gesundheit und Psyche sind belegt. Und so unterstütze ich sehr gerne den Aufruf der Veranstalterinnen und Veranstalter des Solinger Klingenlaufs, Firmengruppen zum Laufen und zur Teilnahme an der größten Solinger Sportveranstaltung zu bewegen.

Sie als Firmenchefinnen und Firmenchefs haben hiermit die Chance, Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter durch Ihre Unterstützung zu motivieren, sich aktiv sportlich zu bewegen. Dabei geht es nicht allein um die Teilnahme an der Laufveranstaltung selbst. Vielmehr gehört die Vorbereitung durch ein fachgerechtes und regelmäßiges Training dazu. Das fördert den Gemeinschaftsgedanken und unterstützt die Regelmäßigkeit des Sporttreibens.

Ich begrüße sehr, dass die Organisatoren einen weiteren Impuls für die Solinger Bevölkerung setzen, nachdem ihre Initiative durch die Schulstaffeln seit drei Jahrzehnten die Solinger Schulen nachhaltig bewegt. Der Firmenlauf könnte jetzt für Sie als Unternehmerin und Unternehmer in gleicher Weise ein Anstoß sein, Ihr betriebliches Gesundheitsmanagement zu ergänzen oder einen Einstieg hierzu zu finden. Letztlich können Sie auch für Ihre Firma Flagge zeigen, in Solingen und für Solingen.

Ich freue mich auf eine zahlreiche Teilnahme der Solinger Unternehmen am 34. Klingenlauf im Südpark. Vielen Dank für Ihre aktive Mitwirkung! Mensch, Solingen läuft!



Tim Kurzbach
Oberbürgermeister der Klingenstein Solingen



Copyright: Klingenstein Solingen
Bild: Dirk Dehmel

Firmen-Team

*Ein Firmen-Team besteht aus 5 Teilnehmer*innen ohne Alters- und Geschlechts-differenzierung. Gemeldet werden können bis zu neun Teilnehmer*innen.*

*Ab 10 Teilnehmer*innen erfolgt die Meldung für ein zweites Team der Firma, ab 15 Teilnehmer für eine dritte Mannschaft usw.*

Wertung

*Gewertet wird die Summe der Einzelzeiten der schnellsten 5 Läufer*innen eines Teams.*

Sofern mehr als ein Team je Firma gemeldet ist, erfolgt die Wertung für die weiteren Schnellsten der Firmenreihenfolge 6 – 10, 11 – 15 usw.

Geleitwort SOLIMED

Gesundheit und Gesundheitsförderung sind uns Ärzten nicht nur berufliche Pflicht, sondern auch ein persönliches Anliegen. Auch wenn wir in der täglichen Praxis mehr mit der Linderung und Heilung von Beschwerden beschäftigt sind, wissen wir als Fachleute um die große Bedeutung von Vorbeugung gesundheitlicher Risiken durch eine gesunde Lebensführung.



Eine Schlüsselfunktion nimmt dabei ein aktives und bewegungsorientiertes Alltagsverhalten ein. Kompensation von berufsbedingtem – und zuweilen auch der Bequemlichkeit geschuldeten - Bewegungsmangel ist meist nur durch angepasstes sportliches Training möglich.

Darum unterstützen die im Praxisnetz SOLIMED zusammengeschlossenen Ärzte die Initiative der Klingenlauf-Organisatoren, über die Ausschreibung der Firmenlaufwertung im Rahmen des 34. Solinger Klingenlaufs einen Anreiz zum Laufsport als Teil einer bewegungsorientierter Lebensführung zu setzen. Dieser Aufruf wird ergänzt und abgerundet durch die Organisation einer kompetent unterstützten Trainingsvorbereitung über ein 10-Wochen-Programm mit anderen Solinger Vereinen.

Den Firmeninhabern wird so ein Instrument an die Hand gegeben, ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zum Sporttreiben anzuregen oder nachhaltig darin zu unterstützen. Die Vorteile eines aktiv gestalteten Freizeitlebens zahlen sich auch für Unternehmen aus.

Wir als SOLIMED sind gerne Partner des Firmenlaufs und hoffen, viele Unternehmen und Unternehmensmitarbeit zur Teilnahme am Solinger Klingenlauf bewegen zu können.

Mark Kuypers
Geschäftsführer SOLIMED

Meldung

*Die Meldung erfolgt unter der offiziellen Firmenbezeichnung mit der persönlichen Meldung der Teilnehmer*innen (Name, Vorname, Jahrgang).*

Meldeadresse: www.klingenlauf.de

Meldegebühr

60,- € je Team

Einzahlungen für Sammelanmeldungen auf das Konto des Solinger LC

IBAN: DE37 3425 0000 0000 0235 15 BIC: SOLSDE 33

mit Angabe des Verwendungszwecks Startgeld Klingenlauf 2021 - <Firmenname>

Wanderpokal teilnehmerstärkste Firma

Für die teilnehmerstärkste Firma bei Klingenlauf vergibt der Veranstalter einen Wanderpokal.

Kein Wettkampf ohne vernünftige Vorbereitung

Hierfür haben wir eine Reihe von kompetenten Partnern gewonnen, bei denen Sie für Ihre Vorbereitung auf das 5-km-Event fachlich versierte Betreuung finden können. Wir empfehlen eine möglichst regelmäßige Vorbereitung über 10 Wochen, soweit die Corona-Bestimmungen dies zulassen.

Unsere Partner für die Laufvorbereitung sind:

Wald-Merscheider Turnverein

Birgit Topfstedt
Lauftreff:

Tel. 0160-5530836 Geschäftsstelle: 0212-318597
April-September Mittwoch 18 – 19 Uhr
Parkplatz Breidenmühle

Solinger LC – Lauf- und Walking –Treff

Marlies Winterhagen

Tel. 0212 / 67802
April-September Mittwoch 17:45 – 19 Uhr
Ohligser Heide, Parkplatz Engelsberger Hof

Merscheider TV

Nils Wiethoff

nils.wiethoff@merscheider-tv.de
Vor Anmeldung erforderlich!
Montag 18 bis 19 Uhr
Sportplatz MTV, Eifelstraße 88a, 42699 Solingen



Bitte beachten Sie unsere aktuellen Informationen zum Klingenslauf auf unserer Homepage

www.klingenlauf.de

