



# MENSCH AUS NAH UND FERN, LAUF MIT – 36. SOLINGER KLINGENLAUF AM 30. MAI 2024 IM SÜDPARK!

## AUSSCHREIBUNG FIRMENLAUF

5-km-Lauf für Firmen-Teams – einziger Firmenlauf in Solingen

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

Bitte beachten Sie unsere aktuellen Informationen zum Klingenlauf auf unserer Homepage [www.klingenlauf.de](http://www.klingenlauf.de)



STADTMARKETING Klingenstein Solingen



## Geleitwort des Oberbürgermeisters

Als Solinger Oberbürgermeister ist mir eine aktive Klingenstadt eine Herzensangelegenheit. Und dies meine ich in vielfacher Hinsicht. Sei es bei der Gestaltung Solingens, dem Leben in der Stadt, oder aber beim Lebensgefühl und den Aktivitäten der Bürgerinnen und Bürger.

Wesentlicher Bestandteil des städtischen Lebens sind Veranstaltungen. Dazu gehört im sportlichen Bereich der Solinger Klingenlauf einfach dazu. Ich stehe gerne in der Tradition der Oberbürgermeister, die seit der Premiere im Jahr 1989 die Schirmherrschaft über die Veranstaltung übernommen haben.

Initiativen zeugen von einer lebendigen Stadt. Das beweisen die Klingenlauforganisatoren seit geraumer Zeit mit der Ausschreibung der Firmenlaufwertung. Sie wollen die Sogwirkung des Traditionslaufes nutzen, um gerade die Mitarbeitenden zu einem aktiven Lebensstil anzuregen und die positiven Wirkungen des Sports für ein gesundes Leben zu nutzen. Der erste Schritt hierzu fällt in der Gruppe - gemeinsam mit Kolleginnen und Kollegen - viel leichter. Darum haben Sie als Unternehmerin oder Unternehmer einen Anreiz in der Hand, mit dem Sie zugleich etwas für die Außenwirkung Ihrer Firma und das Gemeinschaftsgefühl in der Belegschaft tun können.

Ich motiviere Sie und Ihr Firmenteam zur Teilnahme am 36. Solinger Klingenlauf, mit der Sie einen Beitrag zu Solingen als aktiver, begeisterungsfähiger und lebendiger Stadt leisten können.



Tim Kurzbach  
Oberbürgermeister der Klingenstadt Solingen



Copyright: Klingenstadt Solingen  
Bild: Dirk Dehmel

## Geleitwort SOLIMED

Als Ärztliches Qualitätsnetz Solingen ist es unser Ziel, die Qualität der medizinischen Versorgung in Solingen zu verbessern und den Menschen in den Mittelpunkt zu stellen. Dieses Ziel streben wir an, mit Kompetenz und Erfahrung Krankheiten zu behandeln, Leiden zu lindern oder zu beseitigen und Patienten ganzheitlich zu begleiten.

Wir verfolgen dieses Ziel aber auch präventiv, indem wir unser fachliches Wissen und unsere Expertise für gesicherte Informationen und Hinweise einsetzen, wie Krankheiten, persönlichen Einschränkungen und Fehlverhalten vorgebeugt werden kann.

Es ist hinlänglich bekannt, wie wertvoll Sport und insbesondere der Ausdauersport wirken kann bei Herz-Kreislaufkrankungen, Bewegungsmangel und einseitiger körperlicher Belastung, als Kompensation und als Vorbeugung. Wir unterstützen daher aus Überzeugung das Angebot der Klingenlauforganisatoren, eine Firmenlaufwertung auszuschreiben. Sie als Unternehmen erhalten damit einen Anreiz, Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zur Bewegung und zum Sport zu motivieren.

Mit dem Lauf am 30. Mai ist es ja nicht getan. Das vorbereitende Training sorgt erst für ein regelmäßiges und wirksames sportliches Alltagsverhalten und im Idealfall auch im Anschluss durch eine Fortführung für Nachhaltigkeit. Und mit einem gemeinsamen Gruppenziel tut man sich einfach leichter.

Wir sehen Ihre Firma gerne am 30. Mai beim Firmenlauf im Solinger Südpark.

## Mark Kuypers

Geschäftsführer solimed – Unternehmen Gesundheit



## Firmen-Team

Ein Firmen-Team besteht aus 5 Teilnehmer\*innen ohne Alters- und Geschlechtsdifferenzierung. 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.

## Meldung

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

Meldeadresse unter [www.klingenlauf.de](http://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  
Angabe des Verwendungszwecks Startgeld Klingenlauf 2024 - <Firmenname>*

## Pokal des Oberbürgermeisters und Wanderpokal teilnehmerstärkste Firma

Das Siegerteam des Firmenlaufes erhält den Ehrenpokal des Oberbürgermeisters. Für die teilnehmerstärkste Firma bei Klingenlauf vergibt der Veranstalter einen Wanderpokal.

## **Kein Wettkampf ohne vernünftige Vorbereitung**

Wir bieten Ihnen gerne unsere Unterstützung in der Vorbereitung der Veranstaltung an. Hierfür haben wir eine Absprache getroffen mit dem

### Solinger LC – Lauf- und Walking –Treff

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

Wir empfehlen eine möglichst regelmäßige Vorbereitung über 10 Wochen.