

Selbsthilfegruppen beim AOK-Firmenlauf

AOK
Die Gesundheitskasse.



Rathausplatz
05.07.2017
19:00 Uhr

Laufstrecke
5 km

WIR

Anmeldung auf: **MACHEN MIT!**

www.firmenlauf-herford.de

Carolinen
Aus gutem Grund



Herforder
Medizinische Produkte

B&K
Herford

Klinikum
Herford

O! wie lebendig. herford

Liebe Mitglieder in den Selbsthilfegruppen!

Am 05. Juli findet der 2. AOK-Firmenlauf Herford statt. Aus der Idee, in Herford einen großen Freizeitlauf für Unternehmen, Einrichtungen und Laufgruppen zu organisieren, ist nun im 2. Jahr mehr geworden.

Wir möchten gerne den vielen Menschen, die sich in Selbsthilfegruppen aktiv für die Themen Gesundheit und Krankheit einsetzen, eine Möglichkeit bieten, aktiv an einem tollen sportlichen Event teilzunehmen. Ob sportlich oder untrainiert, mit oder ohne Beeinträchtigung, egal mit welchem Unterstützungsbedarf – wir möchten Jedem eine Teilnahme als Aktiver an der besonderen Atmosphäre dieser Veranstaltung anbieten und ermöglichen. Unser diesjähriges Thema „Wir machen mit! – Selbsthilfegruppen beim Herforder AOK-Firmenlauf“ soll dem Selbsthilfegedanken einen öffentlichen Raum geben.

Gehen Sie zusammen mit Ihrer Selbsthilfegruppe an den Start auf die ca. 5 KM lange Strecke rund um die Herforder Innenstadt und machen Sie Werbung für Ihre Gruppe und Ihr Anliegen. Eine Zeitmessung nehmen wir nicht vor. Beim Herforder Firmenlauf steht der Teamgedanke und das solidarische Miteinander an erster Stelle.

Egal ob Firmenchef oder Azubi, sportlich oder nicht sportlich, mit oder ohne Handicap – Jeder ist willkommen zum Lauf. Sie haben die Möglichkeit, Ihre Selbsthilfegruppe (wie eine Firma/ Einrichtung) anzumelden oder Sie melden sich als Einzelläufer in dem „Wir-machen-mit-Team“ an.

Alle Läuferinnen und Läufer aus Selbsthilfegruppen zahlen übrigens nur die halbe Startgebühr. Außerdem bieten wir Ihrer Selbsthilfegruppe im Start- und Zielbereich die Möglichkeit, sich und Ihr Thema darzustellen.

Fühlen Sie sich herzlich eingeladen!



Jörg Lewe (AOK)



2. AOK - Firmenlauf Herford

Ausrichter und Veranstalter: hellwegsolution - Event & Marketing UG

Termin: Mittwoch, 05. Juli 2017, ab 17 Uhr

Ort: Herford - Rathausplatz

Strecke: Rundkurs durch die Innenstadt von Herford (5km)

Zeitnahme:

Alle Läufer und Walker nehmen ihre Zeit entsprechend der sichtbaren Wettkampfuhr.

Preise/Auszeichnungen:

Jeder Teilnehmer erhält eine Medaille und kann seine Urkunde online ausdrucken.

Teilnahmegebühren:

Die Teilnahmegebühren enthalten, neben den Organisationsleistungen, eine Medaille, Finisher-Getränke und auf der Strecke Versorgungsstände mit Getränken und Snacks.

Ermäßigte Startgelder für Mitglieder von Selbsthilfegruppen:

Early - Bird - Tarif: 500 Startplätze à 5,00 € (netto*)

Normal - Tarif: 1000 Startplätze à 8,00 € (netto*)

Last Minute - Tarif: ab Startplatz 1.501 à 10,00 € (netto*)

* Alle Preise verstehen sich zuzüglich der gesetzlichen MwSt. von 19%.

Anmeldungen:

Meldungen für den 2. AOK – Firmenlauf Herford sind über das Internet möglich. Bitte vermerkt das Kürzel „SHG“ bei Eurer Anmeldung hinter dem Namen Eurer Selbsthilfegruppe (im Datenfeld Firma). Unbedingt ist auch eine Ansprechperson für evtl. Rückfragen anzugeben. Die Kontaktpersonen werden regelmäßig über die weitere Entwicklung der Veranstaltung informiert sowie mit Tipps und Terminen versorgt.

Umkleidemöglichkeiten:

Sowohl Umkleidemöglichkeiten als auch Toiletten stehen für Euch bereit. Ihr könnt Eure Kleiderbeutel abgeben. Diese werden nach dem Lauf gegen Vorlage der Startnummer ausgehändigt.

Programm

17.00 Uhr – Beginn des Rahmenprogramms

Mit heimischen Turnvereinen / Sportclubs

18.00 Uhr – Eröffnung

Der Bürgermeister der Stadt Herford, Herr Tim Kähler und der Direktor der AOK Nordwest, Regionaldirektion Herford, Herr Gerhard Wiechers eröffnen die Veranstaltung.

ab 18.50 Uhr – Startaufstellung

Startaufstellung und Warm Up auf dem Rathausplatz in Herford

19.00 Uhr – gemeinsamer Start aller Teilnehmer

Zeitmessung: Eine große Uhr ist im Ziel aufgebaut, jeder nimmt seine Zeit selbst.

ab 20.30 Uhr – Siegerehrungen

- die drei schnellsten Läuferinnen / schnellsten Läufer
- die kreativsten Outfits
- die schnellste Auszubildende / der schnellster Auszubildender
- die teilnehmerstärksten Firmen

20.30 Uhr – 22.30 Uhr - Afterrun-Party

auf dem Rathausplatz

22.30 Uhr – Wir freuen uns auf

ein Wiedersehen in 2018



WIR MACHEN MIT!