

WICHTIGE INFOS / ABLAUF:

Bei dem Lauf geht es uns nicht darum, wer die schnellste Zeit hat oder die meisten Runden lief. Wir möchten, dass ihr an diesem Tag Spaß auf der Strecke habt, euch anstrengt und vor allem, dass alle wohlbehalten ins Ziel kommen. Insofern ist es kein Rennen gegeneinander, sondern eher ein Rennen miteinander. Also helft euch bei den Hindernissen gegenseitig. Achtet auf die, die Schwierigkeiten haben und tragt zur Not jemanden, der nicht mehr kann.

TEILNEHMER: Beim Lauf sind uns alle willkommen, die sich den Herausforderungen stellen möchten. Schülerinnen und Schüler, Eltern, alle Bedienstete, aber auch externe Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

ANMELDUNG: Die Teilnahme braucht keine vorherige Anmeldung. Kommt einfach vorbei! Ihr könnt euch am Organisationszelt auf dem Sportplatz anmelden und dort euer Teilnehmerbändchen erwerben.

TEILNAHMEGEBÜHREN: Am Lauf kann kostenlos teilgenommen werden. Wir bieten aber an, uns finanziell zu unterstützen, indem Ihr unser Teilnehmerband für einen freiwilligen Preis von mindestens 1€ erwerbt. (Das Band ist eine schöne Erinnerung an den Lauf, vor allem wenn noch Dreck dran hängt...)

ZEITEN: Der Lauf beginnt mit einem gemeinsamen Start um 16.15 Uhr. Wer zu einem späteren Zeitpunkt laufen möchte, kann das jederzeit tun. Der Lauf endet um 19.30 Uhr.

Während der Laufzeit könnt Ihr selbst entscheiden, wie viele Runden ihr absolvieren möchtet.

HINDERNISSE: Der Lauf ist das Ziel. Auf der Strecke gibt es zahlreiche Hindernisse, die wirklich herausfordern. Am schönsten ist natürlich, wenn man sich durch alles durchkämpft. Aber macht euch keine Sorgen, wenn man ein Hindernis nicht machen kann oder möchte, besteht die Möglichkeit eine leichtere Variante zu wählen. Natürlich kann man sich von anderen Teilnehmern helfen lassen. Wie gesagt: Der Lauf ist das Ziel.

TEAMPLAY: Ihr könnt den Lauf auch als Team absolvieren. Dazu bekommt Ihr einen Autoreifen, den Ihr gemeinsam durch den Parcours tragen müsst. Gemeinsam ist das möglich!

UMKLEIDEN / DUSCHEN: Es stehen die Umkleiden und Duschen in der Turnhalle zur Verfügung. Bevor die Halle betreten werden darf, muss sichergestellt werden, dass der Läufer / die Läuferin insofern sauber ist, dass eine Verschmutzung der Turnhalle ausbleibt. Hierfür steht im Bereich vor der Halle eine Station zum Abbrausen zur Verfügung.

GEPÄCKSTATION: Nach dem Umziehen könnt Ihr eure Sachen vor der Turnhalle auf der Wiese deponieren.

HAFTUNG: Grundsätzlich ist dieser Lauf eine Schulveranstaltung. Das bedeutet, dass alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Schule auch über die gesetzliche Unfallkasse versichert sind. Wir werden im Vorfeld und während des Laufs alles tun, damit sich keiner ernsthaft verletzt.

Dennoch sind Blessuren nicht auszuschließen. Allerdings lässt sich das Risiko auf ein Mindestmaß reduzieren, wenn man sich nicht hoffnungslos überschätzt und mit Vernunft an die Hindernisse herangeht.

Für externe Teilnehmer kann der Veranstalter keine Haftung übernehmen. Auch hier gilt natürlich, dass wir alles tun, damit sich keiner verletzt.

Externe Teilnehmer müssen, um an dem Lauf teilzunehmen einen Haftungsausschluss unterzeichnen, an dem Tag der Veranstaltung ausliegt.

Für Notfälle stehen die Schulsanitäter und das rote Kreuz bereit.