



Informationen für Einzelläufer*innen

Laufregeln

Hier unsere diesjährigen Regeln:

- Einzelläufer*innen laufen ihre Runden am Stück. Dabei ist es vollkommen egal, ob du zwischendurch mal eine Pause machst, etwas früher endest oder die 2,5 Stunden durchläufst.
- Der Start/Ziel-Punkt für alle Einzelläufer*innen befindet sich direkt vor dem Einzelläufer*innen-Bereich (siehe unten).
- Die Runden werden digital gezählt. Dazu bekommst du von uns einen Chip, mit dem du jede gelaufene Runde an einem Terminal einscannst. Die Runden werden direkt an uns übermittelt und zentral gezählt, so hast du an unserer Anzeigetafel auch einen Überblick über deinen Rundenstand und der der anderen Läufer*innen.

Wir möchten hier, wie jedes Jahr, noch einmal an den Fair-Play-Gedanken appellieren! Der Luna-Lauf soll in erster Linie Spaß machen und euch die Gelegenheit geben, in lockerer Atmosphäre Runden für einen guten Zweck zu drehen.

Einzelläufer*innen-Bereich

Für alle Einzelläufer*innen gibt es einen separaten Einzelläufer*innen-Bereich (siehe Lageplan). In diesem befinden sich Sitzmöglichkeiten und genug Platz, um sich auf den Lauf vorzubereiten oder sich zwischendrin etwas auszuruhen.

Laufstrecke und Veranstaltungsgelände

Im Anhang findest du einen Plan vom Alten Kurpark, in dem wir die Laufstrecke und das Veranstaltungsgelände eingezeichnet haben. Dort siehst du auch, wo das Infozelt ist, bei dem du dich vor dem Lauf eincheckst.

Die Laufstrecke wird eine Länge von circa 360 m haben, die du dir im Lageplan auch schon vorher anschauen kannst.

Verpflegung

Damit du während des Luna-Laufs nicht verdurstet, stellen wir dir Wasser zur Verfügung, das du im Einzelläufer*innen-Bereich findest (oder auf Nachfrage). Außerdem wird es Obst geben. Benötigst du darüber hinaus Verpflegung, darfst du diese gerne mitbringen.

Wetter

Wie immer hoffen wir natürlich auf grandioses Wetter (das hat die letzten Jahre auch echt gut geklappt). Falls sich im Voraus doch ungemütliche Wetterereignisse ankündigen sollten, werden wir dir per E-Mail Bescheid geben. Denke in jedem Fall an wetter-gerechte Kleidung.



Zeitplan

Ab 19:30 Uhr	Ankommen & Check-in am Infoszelt
20:15 Uhr	Anmoderation
20:30 Uhr	Startschuss
23:00 Uhr	Siegerehrung & Abschlussfotos
24:00 Uhr	Ende

Bleib fit & viel Spaß beim Rundendrehen für einen guten Zweck!

Dein Luna-Team

Anhang: Lageplan

Lageplan

