



BUNDESTAGSLAUF

TEILNEHMERINFORMATIONEN

ANREISE UND PARKEN:

Anreise mit dem Auto:

Parkmöglichkeiten sind am Brandenburger Tor begrenzt. Wir empfehlen die Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel oder das Parken in nahegelegenen Parkhäusern, wie dem am Hauptbahnhof oder in der Behrenstraße. Von dort ist der Veranstaltungsort zu Fuß erreichbar.

Öffentliche Verkehrsmittel:

Die U-Bahn-Station „Brandenburger Tor“ (U5) und die S-Bahn-Station „Unter den Linden“ (S1, S2, S25, S26) sind nur wenige Gehminuten entfernt.

GETRÄNKESERVICE:

Im Zielbereich erwarten Sie kostenfreie Erfrischungsgetränke von „Gerolsteiner“.

NACHMELDUNGEN:

Zwischen 10:00 Uhr und 16:30 Uhr im ORG-Büro (Start-Ziel-Bereich):
2,5KM/5,0 KM/7,5 KM: 25 € (Barzahlung)
Staffellauf: 50 € (Barzahlung)

STARTNUMMER:

Die Startnummer ist vorn auf der Brust gut sichtbar zu tragen. Sicherheitsnadeln liegen den Startunterlagen bei. Startberechtigt ist man nur in der Startwelle, die die Startnummer ausweist.

STARTPROZEDERE:

Alle Läufer:innen der Läufe 2,5 KM/5,0 KM/7,5 KM und die ersten Läufer:innen des Staffellaufs.

STARTUNTERLAGEN:

Die Startunterlagen können im ORG-Büro auf dem Veranstaltungsgelände am 10.9.2024 zwischen 10:00 - 16:30 Uhr abgeholt werden.

SIEGREHRUNG:

Wir ehren Platz 1, 2 und 3 (W/M) für die Läufe
2,5 KM-Lauf- 18:10 Uhr
5,0 KM-Lauf- 18:15 Uhr
7,5 KM-Lauf - 18:20 Uhr
3x 2,5 KM Staffel Frauen
3x 2,5 KM Staffel Mixed
3x 2,5 KM Staffel Männer

KLEIDERABGABE:

Eine Kleiderabgabe ist eingerichtet. Sie erhalten dort Tüten für Ihre Kleidung. Bitte haben Sie Verständnis, dass wir aus Platzgründen nur begrenzt kleine Taschen und Rucksäcke entgegennehmen können. Die Kleiderabgabe öffnet 16:00 Uhr. Die Abholung muss bis 19:00 Uhr erfolgen.

TEILNEHMERPRÄSENT:

Jede Läuferin und Läufer erhält ein T-Shirt sowie eine Medaille.

TOILETTEN:

Die mobilen und festen Toiletten befinden sich an mehreren Standorten auf dem Veranstaltungsgelände (siehe Lageplan).

VERPFLEGUNG

Im Zielbereich werden Müsliriegel und Obst der Firma „Bioland“ ausgegeben.

WECHSELZONE STAFFEL:

Die Wechselzone befindet sich im Start-Zielbereich, wo ihr den Staffelstart übergeben wird. Bitte betreten Sie die Wechselzone nicht zu früh, um Gedränge zu vermeiden, besonders beim ersten Wechsel. Richten Sie sich nach der voraussichtlichen Laufzeit Ihres Wechselpartners oder Ihrer Wechselpartnerin.

UMKLEIDEN:

Die Umkleiden befinden sich neben der Kleiderabgabe auf dem Veranstaltungsgelände (siehe Lageplan).

ZEITMESSUNG:

Die Messung der Laufzeit erfolgt mit einem Transponder, den Sie am Rand Ihrer Startnummer finden. Dieser ist am Laufschuh zu befestigen. Die Staffeln erhalten einen Staffelstab, indem der Zeitmesschip inkludiert ist.





BUNDESTAGSLAUF

ZEITPLAN

10. September 2024

10:00 - 16:30 Uhr	Abholung Startunterlagen und T-Shirts
10:00 - 16:30 Uhr	Nachmeldungen
16:00 Uhr	Offizieller Veranstaltungsbeginn
16:00 - 19:00 Uhr	Öffnung der Umkleidemöglichkeiten sowie der Kleiderabgabe
ab 16:00 Uhr	Mitmachaktion der Deutsche Hochdruckliga e.V.
17:00 Uhr	Aufstellung zum Start
17:10 Uhr	Start 2,5 KM / 5,0 KM/ 7,5 KM und Staffellauf
	Zieleinlauf mit Musik.
	Ausgabe Erfrischungsgetränke von Gerolsteiner Mineralquellen
	Snacks von Bioland
	Ausgabe der „Medaillen“
18:15 Uhr	Siegerehrung beim Siegerpodest
18:45 Uhr	Abschlussfeier mit unserem Firmenlauf-DJ Suppa
19:30 Uhr	Veranstaltungsende





Sportgemeinschaft
Deutscher Bundestag e.V.

BUNDESTAGSLAUF

LAGEPLAN



Hochdruckliga



FLIXTRAIN



FLIXBUS

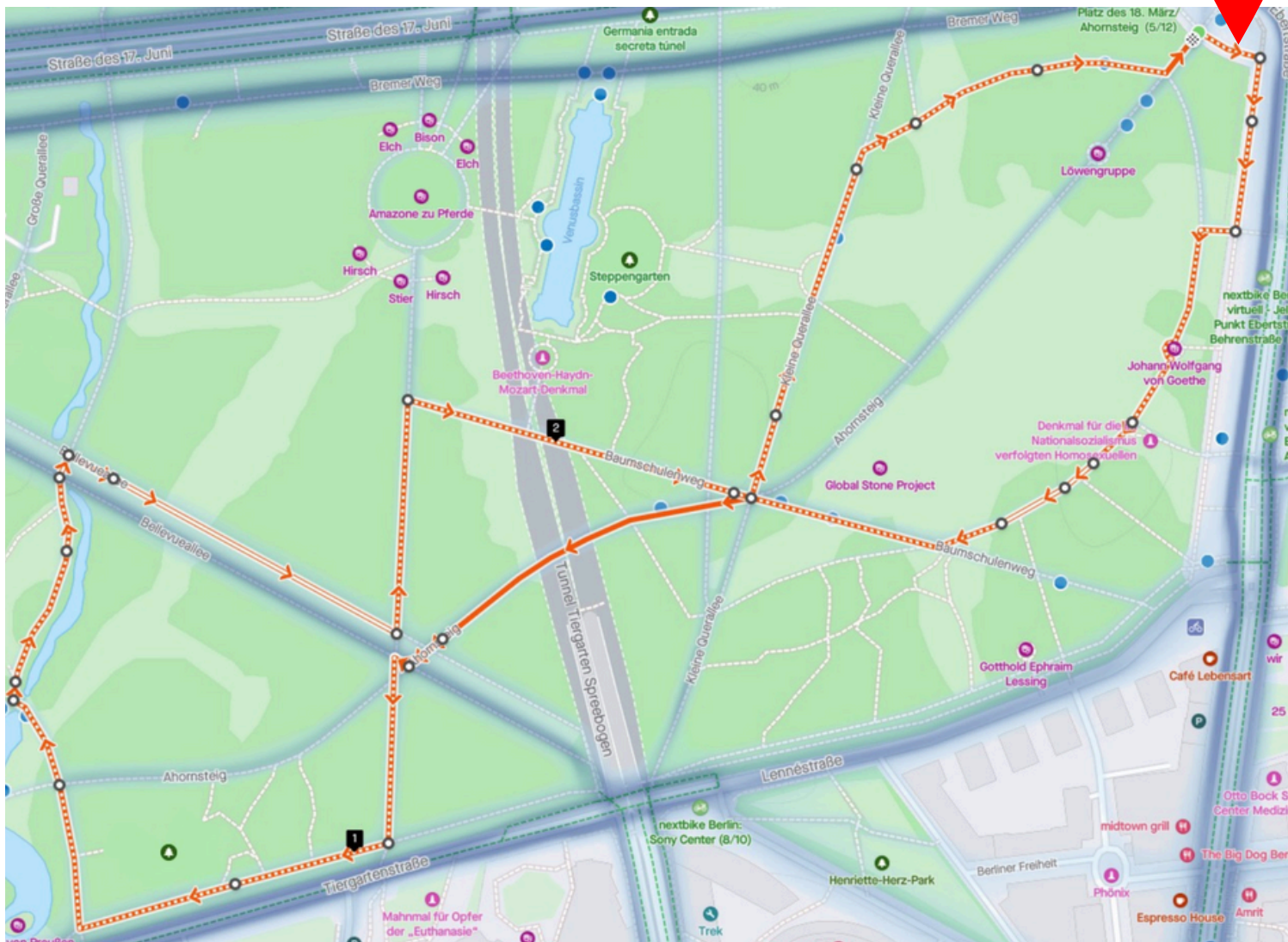




Sportgemeinschaft
Deutscher Bundestag e.V.

BUNDESTAGSLAUF

STRECKENPLAN



Hochdruckliga

