

Liebe Läuferin, lieber Läufer

Herzlichen Dank für deine Anmeldung zum 16. Limmattalerlauf. Damit alles rund läuft, erhältst du hier noch genauere Informationen.

Samstag, 10. Juni 2023

Schulhaus Weihermatt, Weihermattstr. 50, Urdorf

11 – 12.30 Uhr Bezug der Startnummern und Möglichkeit von Nachmeldungen für den Limmattalerlauf

11 – 17:00 Uhr Festwirtschaft

12.40 Uhr Aufwärmen, Einturnen (ca. 10 min)

13 Uhr START DES LIMMATTALERLAUFS auf der Weihermattstrasse

15 – 15.20 Uhr ZIELEINLAUF

ca. 16 Uhr Resultate, Ehrungen

ca. 16.15 Uhr Verlosung eines Bikes unter den fleissigsten Spendensammlern (siehe Bike-Verlosung)

Verschiedene weitere Angebote und Attraktionen.

Startnummer

Die Startnummer kannst du am 10. Juni 2023, 11-12.30 Uhr (**bitte möglichst früh**) an unseren Ständen beim Schulhaus Weihermatt beziehen. Bitte trage Sorge zu deiner Nummer und gib sie uns nach dem Lauf im Tausch gegen eine kleine Erfrischung zurück.

Nachmeldungen

Sind am Samstag, 10. Juni 2023 von 11–12.30 Uhr möglich.

Startgeld/Sponsorenliste

Unsere Organisationskosten werden von den **7 ref. Kirchgemeinden des Limmattals**, Firmen, Privaten und weiteren getragen.

Deshalb kannst du die Höhe deines Startgeldes selbst wählen oder – noch besser – du suchst Sponsoren, die dich (pro gelaufenem Kilometer) unterstützen.

Mit der Sponsorsuche hilfst du uns erfahrungsgemäss am meisten! Benutze zur Sponsorsuche am besten die mitgesandte Sponsorenliste.

Bitte trage vor dem Lauf dein Startgeld und/oder den dir zugesicherten Gesamtbetrag (pro Kilometer) in deinem Läuferprofil im Internet ein. Bringe andernfalls diese Angaben zur Startnummernausgabe mit.

Projektinformation

Dein gesamtes Start- resp. Spendengeld kommt einem guten Zweck zugute. Wir sammeln gemeinsam für das Wiedereingliederungsprogramm der Stiftung Horyzon in Palästina sowie den Verein SBH Schweiz.

Gruppen können bis zu 25% des gesammelten Geldes für ein eigenes Projekt einsetzen.

Weitere Infos zu den Projekten findest du auf unserer Webseite.

Strecken

Es stehen zwei Strecken zur Verfügung. Du kannst dich für eine 1.4 Kilometer- oder eine 2.4 Kilometerrunde anmelden. Achte darauf, dass du dich nicht auf die falsche Strecke verirrst.

Garderoben / Duschen / Toiletten

In den Räumen vor der Turnhalle Weihermatt (Start- / Zielgelände).

Rundenzählung

Die Rundenzählung findet mithilfe eines Chips auf deiner Startnummer statt. Renne im Zielgelände bitte jeweils über die Rundenzählplatte.

Verpflegung

Während dem Lauf steht dir im Zielgelände gratis Erfrischung zur Verfügung.

Es werden während der ganzen Veranstaltung Penne Napoli (vegi), Hot Dogs, Glaces und Getränke verkauft.

Laufabschluss

Dein persönliches Laufergebnis findest du in deinem Läuferprofil im Internet.

Die Bekanntgabe der verschiedenen Laufresultate findet ca. um 16:00 Uhr im Zielgelände statt.

Bike-Verlosung

Unter den fleissigsten 100 Spendensammlern wird ein Bike verlost. Es zählen nur die Spenden zugunsten der Laufprojekte (Horyzon/SBH Schweiz) und der Gewinner, die Gewinnerin muss anwesend sein.

Einzahlung Startgeld / Spenden

Wir sind froh, wenn du das Geld via E-Banking unter Vermerk deiner Startnummer bis Ende Juli 2023 auf unser Postcheckkonto (IBAN CH66 0900 0000 8006 4132 3, Limmattaler 2-Stunden-Lauf) einzahlst. Nach dem Lauf solltest du bei deinen Sponsoren das dir zugesicherte Geld einsammeln und uns überweisen. Ein Einzahlungsschein wird dir mit dieser Läuferinfo zugesandt oder ist an der Startnummernausgabe erhältlich.

Wenn du in deinem Läuferprofil auf der Website deine Sponsoren einträgst, werden die geschuldeten Spendengelder automatisch ausgerechnet.

Versicherung

Ist Sache jeder Teilnehmerin und jedes Teilnehmers. Als Veranstalter lehnen wir jede Haftung für Unfälle, Schäden und Diebstähle ab.

Freunde / Familie / Sponsoren

Bringe sie alle mit und lasse dich anfeuern! Zuschauer sind herzlich willkommen!

Orientierung

Benütze nach Möglichkeit die öffentlichen Verkehrsmittel.

Mit der S5 oder S14 bis Bahnhof Urdorf - WEIHERMATT oder mit dem **Bus Nr. 302** bis Bahnhof Weihermatt.

Mit dem Auto: Wenig Parkplätze entlang der Weihermattstrasse. Weitere Parkplätze befinden sich in der Nähe des Zentrums Spitzacker auf dem Parkplatz Zwischenbächen. **Beachte bitte die Hinweistafeln.**

Weitere Informationen

OK Limmattalerlauf, Lore Luginbühl
044 734 36 37, info@limmattalerlauf.ch
www.limmattalerlauf.ch

Unter dem Patronat der 7 reformierten Limmattaler Kirchgemeinden.