



Lousberglauf 2015 powered by STAWAG

WICHTIGE – LAST MINUTE – INFOS

Änderungen vorbehalten

Autoparkplätze

Im Start- und Zielbereich und entlang der Strecke gibt es **KEINE** Parkplätze! Dort abgestellte PKW werden aus Sicherheitsgründen **abgeschleppt!**

Auf dem Aachener Bendplatz kann ab 16:00 Uhr entgeltfrei geparkt werden. Von hier aus sind es nur wenige Minuten zu Fuß zum Startplatz. Die Zufahrt wird am Veranstaltungstag ausgeschildert. Aktuelle Informationen hierzu veröffentlichen wir unter www.lousberglauf.de.

Ergebnislisten

Die Ergebnislisten sind nach der Veranstaltung am Infostand und vor den Foyers der Startnummernausgabe einsehbar. Am nächsten Tag werden sie unter www.lousberglauf.de veröffentlicht.

Fahrradstellplatz

Wir bitten alle Fahrradfahrer/innen eindringlich, ihre Räder nicht im Zielbereich, sondern auf dem extra eingerichteten Fahrradparkplatz am Theodore-von-Kármán-Haus (TvK), Rütcher Str. 121 (1. Einfahrt), abzustellen. Auf keinen Fall dürfen während und nach der Veranstaltung die Fahrräder an den Absperrgittern befestigt werden.

Fairness und Rücksichtnahme

Wir bitten alle Läufer/innen, sich in ihrem zugewiesenen Startfeld zu positionieren und während des Laufs Rücksicht auf andere zu nehmen.

Laufzeitung

Auch in diesem Jahr gibt es wieder eine neue Ausgabe der Lousberglauf Zeitung mit vielen guten Anregungen und Informationen rund um das Event unter www.lousberglauf.de.

Nach- und Ummeldungen

Nachmeldungen und Ummeldungen am Starttag sind nicht mehr möglich!

Nettozeitmessung

Es wird die Nettozeit gemessen. Erst beim Durchlaufen des Starttors beginnt die individuelle Zeitmessung.

Notfallkontakt

Bei der Startnummernausgabe liegen Adresstiketten aus. Hier kann man eigenständig einen Kontaktnamen und eine Telefonnummer für den Notfall hinterlassen. Diese Etikette sollte auf der Rückseite der Startnummer (in der Mitte) aufgeklebt werden.

Training

Die Streckenschilder sind bereits aufgestellt, damit ihr schon auf der Strecke trainieren könnt.

Siegerehrung und Urkunden

Wir und die Sieger/innen des Laufes würden sich freuen, wenn Sie nach dem Lauf – vor der Bühne – zahlreich zur Ehrung erscheinen würden. Wenn der/die letzte Läufer/in im Ziel ist, werden für alle, die das Ziel erreicht haben, zwischen 20:45 Uhr und 22:00 Uhr im Foyer des Otto-Petersen-Haus (OPH) die Urkunden ausgegeben. Die Urkunden können auch komplett für ein Team abgeholt werden.

Bis zum 10.07. können Urkunden noch im Hochschulsportzentrum (HSZ) im Sekretariat zu den regulären Öffnungszeiten (Mo-Fr 10:00-12:30 Uhr und Mo-Do 16:00-18:30 Uhr) abgeholt werden.

Startfeld

Die Startnummern dürfen auf keinen Fall weitergegeben werden und berechtigt nur die gemeldete Person zum Start. Unberechtigt Startende werden disqualifiziert. Bei der Startnummernausgabe erhalten Sie eine Zuteilung zu Ihrem Startfeld. Die Startnummern mit rotem Balken starten aus Startfeld I, die mit blauem Balken aus Startfeld II. Mit dem 1. Startschuss starten alle Läufer/innen aus Startfeld I. Anschließend rücken alle Starter/innen aus Startfeld II in Startabschnitt I vor. Danach erfolgt der 2. Startschuss für Startfeld II.

Startnummern

Bitte tragen Sie die Startnummern auf der Brust! Die Startnummern dürfen keinesfalls geknickt werden. Die Nadeln sollten nicht den Chip auf der Rückseite der Nummer durchstechen. Ansonsten kann keine Zeitmessung gewährleistet werden.

Startnummernausgabe

Die Startnummernausgabe erfolgt im Otto-Petersen-Haus (OPH), Rütcher Straße 155. Einzeläufer und Teams unter 10 Personen müssen die Startnummern einzeln abholen, für Teams mit mehr als 10 Personen erfolgt die Startnummernausgabe nur an den/die Teamchef/in.

Die Startnummern werden am **7. Juli 2014 zwischen 16:00 und 19:00 Uhr** und am Veranstaltungstag, **8. Juli 2014, zwischen 15:30 und 17:30 Uhr** ausgegeben. Ab 17:30 erfolgt keine Ausgabe der Startnummer mehr!

Wir bitten alle, pünktlich zu erscheinen, ansonsten besteht das Risiko des Verfalls der Startnummer und des Startanspruchs. **Bitte bringen Sie Ihre Anmeldebestätigung für die Startnummernabholung mit!**

Startnummern-Zuteilung in Teams

Wir bitten alle Team-Chefs unbedingt darauf zu achten, dass Startnummern, denen ein gelbfarbener Startzettel zugeordnet ist, nur an Frauen ausgegeben werden. Blaue Startzettel nur an Männer.

Taschenabgabe

Die Taschen können Sie bei der Taschenabgabe am ASEAG-Bus abgeben. Hierfür ist lediglich der Meldeabschnitt „Taschenabgabe“ und **nicht** die Startnummer erforderlich! Die Taschenabgabe ist von 16:00 bis spätestens 21:30 Uhr besetzt.

Verpflegung

Hinter dem Zielausgang befindet sich für alle Läufer/innen eine entgeltfreie Ausgabe von Obst, Getränken und Traubenzucker. Auf der zweiten Veranstaltungswiese gibt es Verpflegungsstände. Dort können Getränke und Speisen erworben werden.

Bitte denkt daran ausreichend Wasser zu trinken um nicht zu dehydrieren.

Umkleide- und Duschkmöglichkeit

Vor Ort gibt es leider **keine** Umkleide- und Duschkmöglichkeit.

Aufwärmen

Wir bitten alle Läufer/innen, sich vor dem Start ausreichend aufzuwärmen!

Sportgesundheit

Wir empfehlen allen Teilnehmern/innen eine aktive Trainingsvorbereitung und auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr zu achten. Bei sehr hohen Temperaturen raten wir an, sich körperlich nicht zu überfordern.

Für Wertsachen wird keine Haftung übernommen.

Das Lousberglauf-Team wünscht allen viel Erfolg und Spaß bei der Veranstaltung!



Caterina Clemens
Organisationsleitung
Lousberglauf, HSZ



Melih Özkardes
Organisationsleitung
Lousberglauf, HSZ