

32. Hammer Frauenlauf Challenge 2021

Der SC Sportler und Sportlerinnen für den Frieden Hamm e.V. möchte die Frauen in Hamm und Umgebung an den Start rufen. Mit unserer Challenge möchten wir Frauen und Mädchen motivieren sportlich aktiv zu werden und zu bleiben. Wir bewegen uns, um gemeinsam etwas zu bewegen:

Die Früherkennung von Brustkrebs!

Ziel der Challenge?

Nicht nur zu motivieren sportlich aktiv zu werden und zu bleiben ist das Ziel der 32. Hammer Frauenlauf Challenge 2021, sondern auch gemeinsam 2021 Kilometer zu absolvieren und Spenden in Höhe von 2021 € zu sammeln. Das Spendengeld kommt in voller Höhe dem Verein „pro mamma Hamm e.V.“ (Verein zur Förderung der Früherkennung von Brustkrebs) zu Gute. Jede Person läuft oder geht so viele Kilometer an so vielen Tagen innerhalb des vorgegebenen Zeitraums, wie sie möchte, von 1km bis endlos.



Wer kann mitmachen?

Jede weibliche Person jeden Alters kann an diesem Lauf teilnehmen. Mitgliedschaft in einem Verein ist nicht Voraussetzung. Eltern sind für die Gesundheit ihrer Minderjährigen verantwortlich. Es werden **keine** Startgebühren erhoben. Ebenso ist eine vorherige Anmeldung oder Registrierung **nicht nötig**.

Wann und wie?

Vom 1. Mai 2021 bis zum Samstag vor Muttertag, 8. Mai 2021, können bis 18:00 Uhr die Kilometerzahl von Laufeinheiten (auch auf dem Laufband), Gehen, Wandern, Spaziergänge oder Runden durch's Dorf gezählt werden. Mehrere Aktivitätseinheiten können an verschiedenen Tagen absolviert und hochgeladen werden. Es gibt keine Streckenbindung - lauft einfach dort, wo es euch gefällt.

Eintragung der Aktivität

Nach Absolvierung eines Laufes wird die Km-Zahl auf der Online-Plattform von larasch.de eingegeben. Jede

Teilnehmerin benötigt eine separate eMail-Adresse, da das System darüber die einzelnen Teilnehmerinnen unterscheidet. Das Tracking der Läufe eignet sich am besten über Portale wie Strava, Garmin, komoot, Polar etc. (Achtung: Profile müssen öffentlich einsehbar sein) und kann bequem via Link eingetragen werden. Eine Ergebniseintragung ist auch ohne Laufuhr oder App möglich.

Verlosung

Eine kleine Verlosung unter allen Teilnehmerinnen findet unabhängig von der absolvierten Kilometerzahl oder erreichten Geschwindigkeit statt. Gewinne werden zugesandt.

Veranstalter

SC Sportler und Sportlerinnen für den Frieden e.V.
Vorsitzende/Verantwortliche:
Gail Siegert, Weingarten 15, 59069 Hamm
Email: gail.siegert@t-online.de
Tel. 02385 5650 - Mobil: 0172 2777891

Frauen an den Start! - Gemeinsam schaffen wir das Ziel - 2021 km und 2021 €



SC Sportler und Sportlerinnen für den Frieden Hamm e.V.

FUSSBALL · LAUFEN

Teilnahmebedingungen

Teilnehmerinnen (bei Minderjährigen der/die verantwortliche(r) Vertreter/in) erklären mit ihrer Teilnahme, dass sie für die ausgewählten Distanz ausreichend gesund sind.

Der Veranstalter als gemeinnütziger Verein unterliegt den Reglements der Deutschen Leichtathletikordnung (DLO) in der derzeit gültigen Fassung. Im Sinne der Gesunderhaltung und altersgerechten Beanspruchung der Kinder und Jugendlichen in der Leichtathletik sind die Laufdistanzen in den jeweiligen Altersklassen nach bestem Wissen und Gewissen eigenverantwortlich zu wählen.

Informationen gemäß DS-GVO, Foto-Filmaufnahmen

Wenn ihr uns eure Fotos zusenden würdet, würden wir uns darüber freuen. Einige dieser Fotos würden wir eventuell auf unserer Homepage veröffentlichen. Sendet euer Foto mit einer kurzen Notiz dazu, wer ihr seid, euer Verein und wo ihr gelaufen seid an: gail.siegert@t-online.de

Wer uns Fotos zusendet, erklärt sein Einverständnis zur zweckgebundenen Verwendung der Fotos.

Disclaimer

Der Veranstalter (und seine Vertreter) übernimmt keine Verantwortung für Verletzungen oder Schäden jeder Art, die durch die Teilnahme an der Challenge oder der An- und Abreise zu den ausgewählten Laufstrecken entstehen. Dies gilt auch für die Sponsoren und die Besitzer privater und öffentlicher Wege bzw. deren Vertretern. Mit der erfolgreichen Teilnahme an der Challenge willigt die Teilnehmerin in den Haftungsausschluss ein.