

In diesem Jahr haben wir für euch den Kirschblütenlauf über 5 km und 10 km mit neuen Angeboten aufgewertet. Für Firmen gibt es nur noch den Firmenlauf über 5 km – dafür habt ihr erstmals die Möglichkeit euren Teamgeist auf der 10er Distanz als 2er Team-Staffel zu beweisen.

## **Start 15:30 Uhr die 5 km – ein Lauf für alle Generationen**

Die meisten 5 km Läufer sind Hobbysportler und Gesundheitsläufer, die alleine oder in Lauftreffs oder in anderen Sportarten unterwegs sind. Aber auch leistungsorientierte Langstreckler wollen auf einer Unterdistanz mal ihre Form testen. Der Kirschblütenlauf ist DLV-vermessen und daher ideal dafür. Willkommen sind alle Sportler zwischen 10 und 99 Jahre .... !

## **Sonderwertungen**

### **für Schüler – mit GL-Stadtmeisterschaften**

Schüler dürfen ab dem Jahrgang 2008 u. ä. die 5 km Runde mitlaufen.

Wertungen in den Altersklassen m/w U16-U14-U12 - Siegerehrung der jeweils Erstplatzierten

**NEU: Schüler GL Stadtmeisterschaften** in der Altersklasse U16 (Jg. 2003 u. j.)

Es werden erstmals die schnellste Schülerin / der schnellste Schüler (eine Wertung) aus Bergisch Gladbach als Stadtmeister/in gekürt. Entscheidend ist der Wohnort Bergisch Gladbach. Hinweis an Schüler und Eltern: die Kinder sollten ausreichend für 5 km trainiert sein.

### **für Jugendliche - mit ABI-Lauf und GL-Stadtmeisterschaften**

#### **NEU: ABI-Lauf**

erstmal gibt es eine separate ABI-Wertung für alle Schüler, die in 2018 für ihr Abitur einen Leistungsnachweis für ihre Sportnote brauchen. Die schnellsten Abiturienten, nicht nur aus Bergisch Gladbach, werden extra geehrt! Also: jetzt anfangen und Ausdauer trainieren ...

**NEU: GL-Stadtmeisterschaften** - auch für die Jugend (Jg 1999-2002) gibt es eine Ehrung für die Stadtmeister/in von Bergisch Gladbach. TIPP: GL-Abiturienten kommen dann gleich in zwei Wertungen!

### **für Chefs und Mitarbeiter – der 5 km Firmenlauf**

Firmenläufe boomen in den Großstädten. Aber auch aus Bergisch Gladbach und dem ganzen Rheinisch-Bergischen-Kreis wollen kleine und große Unternehmen aktiv sein und als Team laufend Spaß haben.

**„Gesundes Unternehmen – Gesunde Mitarbeiter“**



Für dieses wichtige Ziel haben wir das **Gesundheitsnetzwerk praenet aus Salzkotten** gewinnen können. Praenet ist Spezialist in Sachen betriebliches Gesundheitsmanagement für Handel und Gewerbe – große und kleine Unternehmen. Wer sich über das BGM und die vielseitigen Angebote interessiert, schaut auf die Webseite

[www.praenet.eu](http://www.praenet.eu) oder wendet sich direkt an Hans-Joachim Meier [hj.meier@praenet.eu](mailto:hj.meier@praenet.eu)

**Team-Challenge:** 3 Läufer bilden ein Firmenteam durch Zeitaddition, unabhängig vom Geschlecht. Für die drei besten Teams stehen wertvolle Siegerstelen und Sachpreise von Krombacher und dem Klettergarten K1 bereit. In lockerer Atmosphäre kann nach dem Lauf auf dem Peter-Bürding-Platz bei Musik und kulinarischen Genüssen gefachsimpelt und gefeiert werden. Bitte bei der Online-Einzel- oder Sammel-Anmeldung das Buttom für Firmen wählen **und wichtig: immer auf gleiche Schreibweise des Firmennamens achten!** Zusätzliche Teilnehmer eines Firmenteam können sich auch einzeln anmelden mit Angabe des Firmenteam-Namens.

Die Laufstrecke ist DLV vermessener Rundkurs des Hauptlaufes identisch. Nur der Start ist etwa 150 m versetzt unterhalb der Johannis-Apotheke. Die Startlinie ist auf der Straße markiert. Der rasante Teilnehmerzuwachs der letzten Jahre spricht für die Beliebtheit des Laufes. Auf jeden Fall erwartet Euch ein kurzweiliger Rennverlauf, der Applaus der Zuschauer und die verdiente Belohnung im Ziel: Krombacher Alkoholfrei, frische Äpfel von Breidohr und neue Energie von Dextro Energy. Gibt es einen Grund, nicht dabei zu sein und sich feiern zu lassen ..... ?

# RUN REFRATH RUN