



Liebe Läuferinnen und Läufer,

wir freuen uns über Ihre Anmeldung zu dem 1. RWTH Campuslauf. In drei Wochen sehen wir uns am Start auf dem Campus Melaten. Mit diesem Schreiben erhalten Sie heute die aktuellsten Informationen zum neuen Laufereignis am innovativsten Standort Aachens.

Anmeldung

Bis 31.05.2017 12 Uhr kann man sich noch für einen der Läufe anmelden. Wir rechnen mit ca. 1000 Läuferinnen und Läufern am Start. Erzählen Sie es gerne weiter an Ihre Freunde, Arbeitskollegen und Familie. Die Anmeldung ist noch möglich. Gemeinsam macht es mehr Spaß, zu laufen. Denken Sie daran, dass das zahlenmäßig größte Team einen Ehrenpreis gewinnen kann! Dazu können Sie in diesem Newsletter unten mehr lesen.

Standplan (Lageplan)

Seit heute ist der Standplan unter www.rwth-campuslauf.de direkt auf der ersten Seite sichtbar. Sie können sich einen Überblick verschaffen, wie wir das Eventgelände gestalten und was Sie wo finden können.

Startnummer und Urkundenausgabe

Startnummern werden in der Geschäftsstelle der Techniker Krankenkasse am Campus Boulevard 57 ausgegeben. Sie erwartet eine kleine gesunde (und leckere) Überraschung, wenn Sie Ihre Startnummer abholen kommen. Bitte legen Sie die Anmeldebestätigung(en Ihres Teams) bei der Startnummernausgabe vor.

Zu diesen Zeiten können Sie Ihre Startunterlagen abholen:

Donnerstag, 01. Juni 2017: 15:00 bis 17:30 Uhr

Freitag, 02. Juni 2017: 15:00 bis 17:30 Uhr

Ab 18:00 wird die Ausgabe der Urkunden starten.

Zeitplan am Eventtag

16:00 Uhr Beginn des Rahmenprogramms

16:30 Uhr Start FunRun

17:30 Uhr Siegerehrung FunRun

18:00 Uhr Start Staffellauf und FitnessRun

19:30 Uhr Siegerehrung Staffellauf, FitnessRun und Ehrenpreis für das größte Team

21:00 Uhr Ende der Veranstaltung

Streckenverlauf

Auf der [Homepage](#) können Sie sich die detaillierte Streckenkarte in guter Qualität herunterladen. Bitte beachten Sie die unterschiedlichen Streckenführungen. Wir empfehlen Ihnen die Strecke vor dem Laufevent mehrere Male zu laufen, damit Sie ein besseres Gefühl für die Gegebenheiten vor Ort bekommen.



FunRun 4,6 KM:

Die Strecke ist auf dem Streckenplan mit orangenen Pfeilen markiert. Hier werden ab dem Startpunkt zwei Runden gelaufen. Man kommt an den zahlreichen (An)Instituten der RWTH und an diversen Unternehmen vorbei, die auf dem Campus Melaten forschen. Der FunRun eignet sich hervorragend für alle Hobby- und Gelegenheitsläuferinnen und -läufer, die erste Erfahrungen bei einer Laufveranstaltung sammeln wollen oder einfach nur Spaß am Laufen haben. Natürlich können auch ambitionierte Läuferinnen und Läufer teilnehmen, allerdings steht beim FunRun der Spaß an erster Stelle.

Staffellauf 4 x 2,3 KM:

Der Lauf für alle Teamplayer. Ziel ist die Bewältigung einer Gesamtstrecke von 9,2 KM in einer Team-Staffel, wobei jedes Mannschaftsmitglied eine Strecke von 2,3 KM zurücklegt. Den Lauf prägen Teamgeist, Durchhaltevermögen und an vorderster Stelle natürlich der Spaß am gemeinsamen Laufen. Jede Teamstaffel besteht aus vier Personen. In der Staffel muss mindestens eine Frau mitlaufen.

Auch der Staffellauf befindet sich auf der Strecke mit den orangenen Pfeilen. Hier werden vier Runden gelaufen. Für den Staffelwechsel werden wir eine Wechselzone hinter dem Ziel



einrichten, die entsprechend ausgeschildert ist. Dort wird der Wechsel durch einen „Abschlag“ zwischen den Teammitgliedern stattfinden.

FitnessRun 9 KM:

Der FitnessRun bietet eine gute Gelegenheit, um sich an größere Distanzen heranzutasten und erste Erfahrungen auf der langen Strecke zu sammeln. Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer haben genügend Zeit, die Distanz zurückzulegen. Der FitnessRun kann auch sehr gut als Vorbereitungslauf für andere Läufe dienen. Z.B. für den Lousberglauf ;)

Der Fitness Run ist der einzige Lauf, der sich auf beiden Laufstrecken abspielen wird. Nach dem Start geht es auf der kleinen orange markierten Strecke los, bis die Abzweigung nach Links auf die große Laufstrecke mit den blauen Pfeilen erfolgt (über den Septfontainesweg in die Richtung Seffent). Wir empfehlen, dass Sie sich die Strecke vorher anschauen und mehrere Male testen, um ein besseres Gefühl zu bekommen. Die blaue Runde wird zunächst zwei Runden abgelaufen, bis man wieder an den Startpunkt gelangt. Danach geht es in die letzte Runde, die sich hier auf die kleine orange markierte bezieht (über Sommerfeldstr.), um schlussendlich in das Ziel einzulaufen.

Achtung: Die Strecke des FitnessRuns führt in Seffent an der Schurzelter Straße nicht über die Autostraße, sondern nur über den Gehweg und im Anschluss über den Fahrradweg bis zum Rabentalweg!

Ehrenpreis für das größte Team

Das zahlenmäßig stärkste Team bei allen Wettbewerben zusammen genommen (nur Finisher zählen, kein Doppelstart möglich!) erhält den besonderen Klenkes Pokal des Fördervereins des Aachener Hochschulsports [FuFah](#).

Taschenabgabe:

Taschen können vor Ort ab 15:30 Uhr abgegeben und bis spätestens 21:00 Uhr abgeholt werden.

Umkleide- und Duscmöglichkeiten

Leider gibt es vor Ort keine Umkleide- und Duscmöglichkeiten.

Läuferverpflegung:

Alle Läuferinnen und Läufer bekommen im Zielbereich kostenlos Wasser und Obst.

Catering (ab 16:00 Uhr)

Auf dem Gelände besteht die Möglichkeit kulinarische (und gesunde) Gerichte von Pfannenzauber und AKL, sowie Getränke käuflich zu erwerben.

Rahmenprogramm (ab 16:00 Uhr)

Unsere Gesundheitspartner die Techniker und das Uniklinikum Aachen werden diverse Mitmachaktionen anbieten. Auf dem Programm stehen eine physiotherapeutische Beratung, mobile Massage, Beweglichkeitstests, Fußmessung. Außerdem bieten das Hochschulsportzentrum kostenlose Pilates-Angebote für die Gäste.



Auf der Bühne wird der DJ Grei Papa zwischen und nach den Läufen auflegen und für gute Stimmung sorgen.

Neben den Siegerehrungen werden wir auf der Bühne geführte Rundgänge im Aachener Rathaus verlosen (**ca. um 20 Uhr**).

Rahmenprogramm für Kinder (16:00 bis max. 19:00 Uhr)

Zusammen mit dem Kindergarten Vincerolla bieten wir ein bewegtes Kinderprogramm. Vor Ort können die kleinen Gäste den Niedrigseilgarten oder das Minitrampolin testen oder einfach Minifußball spielen. **Bitte beachten Sie, dass Eltern für Ihre Kinder haften und die Aufsichtspflicht haben.**

Rahmenprogramm für wissenschaftsbegeisterte Gäste (um 17 Uhr)

Um 17:00 Uhr wird ein Rundgang in einer der Demonstrationshallen des Campus Melaten angeboten, um die letzten wissenschaftlichen Entwicklungen auf dem Campus live zu erleben. Mehr Infos dazu erhalten Sie am Infostand.

Versicherungsschutz

Bei der Teilnahme an Veranstaltungen besteht kein Versicherungsschutz wie bei der sonstigen Teilnahme an Hochschulsportangeboten. Daher empfehlen wir dringend einen eigenen Versicherungsschutz.

Anfahrt- und Parkmöglichkeiten

Bitte beachten Sie die Hinweise auf der Campuslauf-Seite [HIER](#)

In den nächsten Tagen veröffentlichen wir neue Updates auf unserer Homepage www.rwth-campuslauf.de. Verfolgen Sie die Neuigkeiten. Für Ihre Fragen stehen wir Ihnen im Hochschulsportzentrum gerne zur Verfügung. Kurz vor dem Event wird noch mal ein Update erfolgen.

Wir freuen uns auf einen tollen 1. RWTH Campuslauf mit Ihnen!

das Hochschulsportzentrum der RWTH Aachen

www.hochschulsport.rwth-aachen.de