

10. VWI Treppenhaus- lauf

24. September 2016

Rabenbergstraße

Wolfsburg



Liebe Treppenhausläufer!

Am 24. September 2016 ist es endlich soweit: Der 10. Volkswagen Immobilien Treppenhauslauf startet in der Rabenbergstr.99. Schön, dass Sie dabei sind! Damit am Veranstaltungstag für Sie alles reibungslos funktioniert, senden wir Ihnen heute einige Infos zum Treppenhauslauf.

Meldebestätigung

Diese Meldebestätigung gilt für den Läufer/ das Team mit folgendem Namen:

Name:	[Vorname] [Name]
Disziplin:	[Disziplin]
Verein:	[Verein]
Startnummer:	[Startnummer]

Gegen Vorlage dieses Schreibens erhalten Sie am 24. September Ihre Startunterlagen!

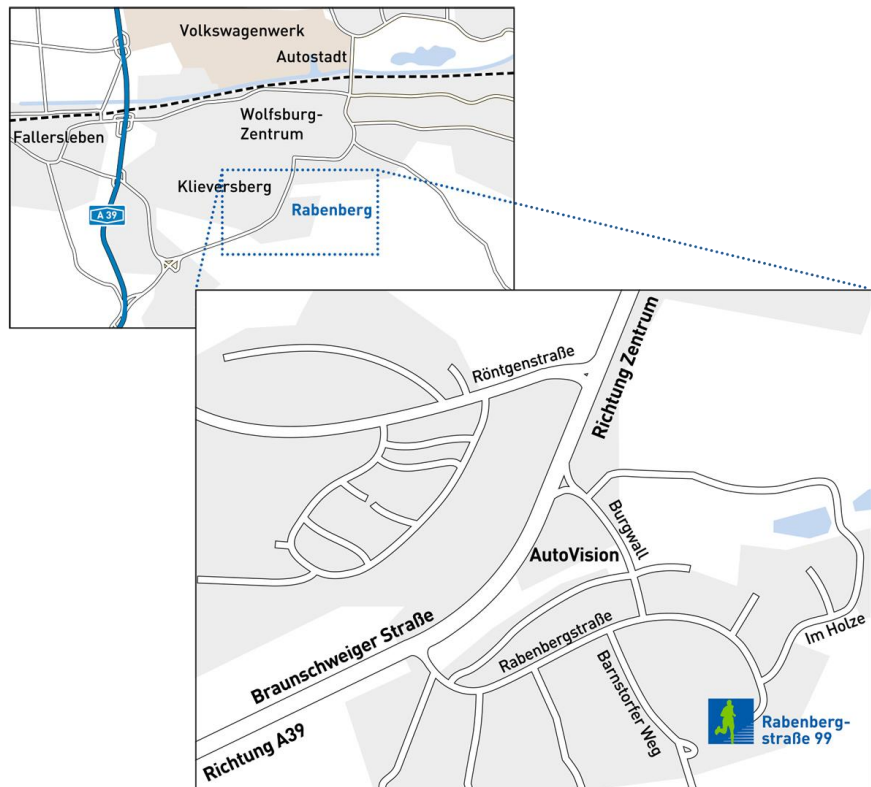
Abholung der Startunterlagen bis 13.00 Uhr!

Anfahrt / Parkmöglichkeiten

...mit den öffentlichen
Verkehrsmitteln: Vom ZOB
(Bussteig 5) mit der
Linie 202 direkt zur Haltestelle
Barnstorfer Weg. Samstags
fährt der Bus halbstündlich.

...mit dem PKW aus der Stadt
Wolfsburg: Von der
Braunschweiger Straße
abbiegen in den Burgwall.

...mit dem PKW aus Süden:
Von der A39 Abfahrt
Wolfsburg-Zentrum Autostadt
nehmen, der Braunschweiger
Straße folgen, nach 500m
rechts in den Stadtteil
Rabenberg abbiegen.



10. VWI Treppenhaus- lauf

24. September 2016

Rabenbergstraße

Wolfsburg



Teilnehmerinformation

Startnummernausgabe und Nachmeldung

Sie können die Startunterlagen von **9:30 Uhr bis 13:00 Uhr** abholen. Eine Nachmeldung ist bis **13:30 Uhr** möglich. Bitte beachten Sie, dass auf Grund der hohen Voranmeldungen nur noch eine begrenzte Anzahl an Nachmelde-Startplätzen zur Verfügung steht. **Hinweis:** Nach 13:00 Uhr gehen nicht abgeholte Startnummern und Shirts an potentielle Nachmelder!

Umkleiden/ Garderobe

Umkleidemöglichkeiten befinden sich im Großzelt im eigens dafür abgetrennten Bereich. Dort gibt es außerdem eine Garderobe für Läuferinnen und Läufer. Bitte achten Sie auf die Beschilderung vor Ort.

Start

Der Start befindet sich unmittelbar vor dem Eingang des Hochhauses. Vor dem Start wird jeder Teilnehmer noch zu einem Medizincheck gebeten. Ohne diese Kurzuntersuchung ist ein Start ausgeschlossen.

Die Strecke wird zwischen 10:00 Uhr und ca. 13:45 Uhr für alle Teilnehmer freigegeben. Den Startzeitpunkt können Sie im Rahmen dieses Zeitfensters frei wählen. Letztmals können Sie sich um 13.30 Uhr in die Läufergasse einreihen.

Ausnahme: Alle Grundschul-Staffeln starten im Zeitraum von 12:00 Uhr – 13:00 Uhr. In dieser Zeit kann es für die übrigen Läufer zu längeren Wartezeiten kommen.

Im Startbereich befindet sich der Wettkampfleiter. Dieser ist für den reibungslosen Ablauf auf der Strecke zuständig und koordiniert die Starts. Daher ist seinen Anweisungen unbedingt Folge zu leisten.

Kinder unter 6 Jahren dürfen nur in Begleitung eines Erziehungsberechtigten den Lauf absolvieren. Bei Kindern zwischen 6 und 12 Jahren muss ein Erziehungsberechtigter vor Ort dabei sein, sie können aber alleine laufen.

Staffeln

Bei den Staffeln laufen zwei Teams gegeneinander: Jede Staffel beginnt mit einem Läufer, der gegen einen anderen Läufer einer anderen Staffel antritt. Nachdem der letzte Läufer das Ziel erreicht hat, werden die vier Einzelzeiten addiert und ergeben die Gesamtzeit einer Staffel.

Bei den Mehrgenerationenstaffeln ist der Ablauf identisch, nur dass die Staffeln nur aus 2 Personen bestehen.

Zeitnahme

Die Zeitnahme funktioniert über einen ChampionChip, den Sie mit Ihren Startunterlagen erhalten. Es ist unbedingt notwendig, dass Sie den Chip am Schuh befestigen! Sowohl im Start- als auch im Zielbereich liegen Zeitmatten auf dem Boden, über die Ihre persönliche Zielzeit ermittelt wird. Jeder Teilnehmer startet nur einmal - die Zeit aus einer Staffelterwertung wird automatisch in die Einzelwertung übertragen. Eine Verbesserung der eigenen Zeit ist nicht möglich.

Finalläufe

Die fünf schnellsten Männer und Frauen treten gegen 14.00 Uhr zu den Finalläufen an. Die Zeit aus dem Finallauf bestimmt über die endgültige Platzierung.

Ziel

Im Ziel stehen für Sie eine kleine Auswahl an Getränken, Obst und Sitzgelegenheiten zur Verfügung. Nach kurzer Verschnaufpause können Sie dann mit dem Fahrstuhl zurück ins Erdgeschoss fahren.

Massage

Wenn die Beine müde geworden sind, massiert Sie der mobile Masseur von der Audi BKK kostenlos.

Fotodienst

Unser Medienpartner, die WOLFSBURGER ALLGEMEINE ZEITUNG, schießt von jedem Läufer ein **Startfoto**. Dieses können Sie ab Samstagabend, den 24.9., auf unserer Internetseite www.treppenhauslauf.de herunterladen. Nach dem Lauf gibt es vor dem Hochhaus außerdem die Möglichkeit ein **"Finisherfoto"** zu schießen.

Zusätzlich finden Sie in der Woche nach dem Lauf ein **Video vom Tag** auf www.treppenhauslauf.de.

Siegerehrung

Im Anschluss an die Läufe der Grundschul-Staffeln erfolgen die Ehrungen für Kinder und Grundschulen (**ca. 13.30 Uhr**). Nach dem letzten Zieleinlauf **ab ca. 14:15 Uhr** werden die schnellsten Läufer der Kategorien „Frauen“, „Männer“, „Staffeln“, „Mehrgenerationen-Staffeln“ geehrt.

Rahmenprogramm

Für Läufer und alle weiteren Gäste gibt es ein buntes Rahmenprogramm. Der Niedersächsische Leichtathletikverband bietet einen Sportparcours an.

Zahlreiche Gastronomie-Stände laden zum Verweilen ein. Das Kinderprogramm besteht unter anderem aus Hüpfburg und Kinderschminken.

Zuschauer können das Geschehen und die Läufe im Treppenhaus auf Monitoren und einer großen LED Leinwand verfolgen. Bitte beachten Sie, dass Angehörige und Freunde leider nicht im Treppenhaus stehen oder mitlaufen können, um evtl. Fotos zu machen. Ausgenommen sind Journalisten, die durch die Veranstaltungsleitung betreut werden.

Wir freuen uns schon heute auf eine spannende und unterhaltsame Veranstaltung. Für Sie als Teilnehmer wünschen wir uns ein tolles Erlebnis und einen unvergesslichen Tag.

Vielen Dank

Ihr Volkswagen Immobilien Team