

1. Rudererlauf und -walk des BRC HANSA um den Werdersee

am Samstag und Sonntag, den 23. und 24. Januar 2021

Was?

- ca. 7 km laufen oder walken um den Werdersee ab 15 Jahre
- ca. 2,5 km laufen für Kinder bis 14 Jahre oder spaziergehen altersunabhängig um die kleine Weser

Wer?

- alle Hansa-Mitglieder (egal ob aktiv oder passiv) und ihre direkten Familienangehörigen
- egal, wie schnell ihr seid: Dabei sein ist alles!

Wann?

- am Samstag und Sonntag, den 23. und 24.1.21, jeweils zwischen Sonnenaufgang (8:10 Uhr) und Sonnenuntergang (16:59 Uhr)

Wie?

- Ihr startet selbständig an einem beliebigen Punkt der vorgegebenen Strecke (s. Streckenplan)
- eure Startzeit dürft ihr selbst wählen
- zu Zweit laufen ist erlaubt, in Gruppen verabreden verboten (Corona-Verordnung)
- mittels App zeichnet ihr per Uhr oder Smartphone eure Strecke auf (tracken) und stoppt eure Zeit. Dies ist notwendig, damit keiner schummelt.
- hinterher schickt ihr mir die Streckendaten und eure Zeit, sowie eure Namen mit Jahrgangsangabe und wenn ihr könnt auch ein Foto von euch in Aktion, per eMail (training@brc-hansa.de) oder per WhatsApp (meine Handynummer bekommt ihr auf Anfrage, wer sie nicht hat)

Wertung?

- Nach Altersklassen, Männlein und Weiblein getrennt

Kinder bis 10 Jahre	Masters 27 – 42 Jahre
Kinder 11-14 Jahre	Masters 43 – 56 Jahre
Junioren 15 – 18 Jahre	Masters 57 – 69 Jahre
Senioren 19 – 26 Jahre	Masters 70 und älter

Bei ganz vielen Startern werden die Altersklassen nachträglich ggf. etwas enger gefasst.

- Extrawertung für Familien mit 3 und mehr Familienmitgliedern
Voraussetzung: → mind. ein Familienmitglied ist Hansamitglied
→ es müssen mind. 1 Erwachsener und mind. 1 Kind/Junior starten

Anmeldung?

- nicht nötig, Ergebnis einreichen ist ausreichend

Startgeld?

- Dieses Jahr im Coronamodus ohne Startgeld. Wer stattdessen einen kleinen Obolus leisten möchte, darf diese gerne in einem entsprechend beschrifteten Umschlag im Kummerkasten deponieren.

Siegerehrung?

- Urkunden und Ergebnisliste werden per Mail versandt
- kleine Preise für die Erstplatzierten können in der darauf folgenden Woche im Club durch das Krafraumfenster in Empfang genommen werden (Uhrzeiten folgen mit den Ergebnissen)

Corona?

- da jeder für sich oder in seiner Familie und zur eigenen Wunschzeit läuft, unterwegs kein Problem
- umziehen und duschen bitte Zuhause, damit es keine Warteschlangen vor den Umkleiden im Club gibt (betreten nur durch 2 Personen zur Zeit erlaubt)

Haftung?

- Die Teilnahme ist freiwillig und erfolgt auf eigene Gefahr. Der Veranstalter übernimmt keine Haftung.

Wo?

Werderseerunde (ca 7 km):

- von der Fußgängerbrücke den Fuß- und Radweg am Werdersee Neustadtseite entlang bis Erdbeerbrücke (Carl-Karstens-Brücke)
- frei wählbar Treppe oder Rampe hoch zur Brücke und über die Erdbeerbrücke
- den Kreisel wieder runter und neben der Brücke längs zurück zum Werdersee
- am Werdersee in Richtung Krähenberg,
- über den Krähenberg hinüber, über die Wiese zurück ans Wasser
- unten am Wasser lang bis zum Schüleranleger (also am Strand/Spielplatz den Trampelpfad nehmen)
- vom Schüleranleger zurück zur Fußgängerbrücke

Kleine Weser-Runde (ca. 2,5 km):

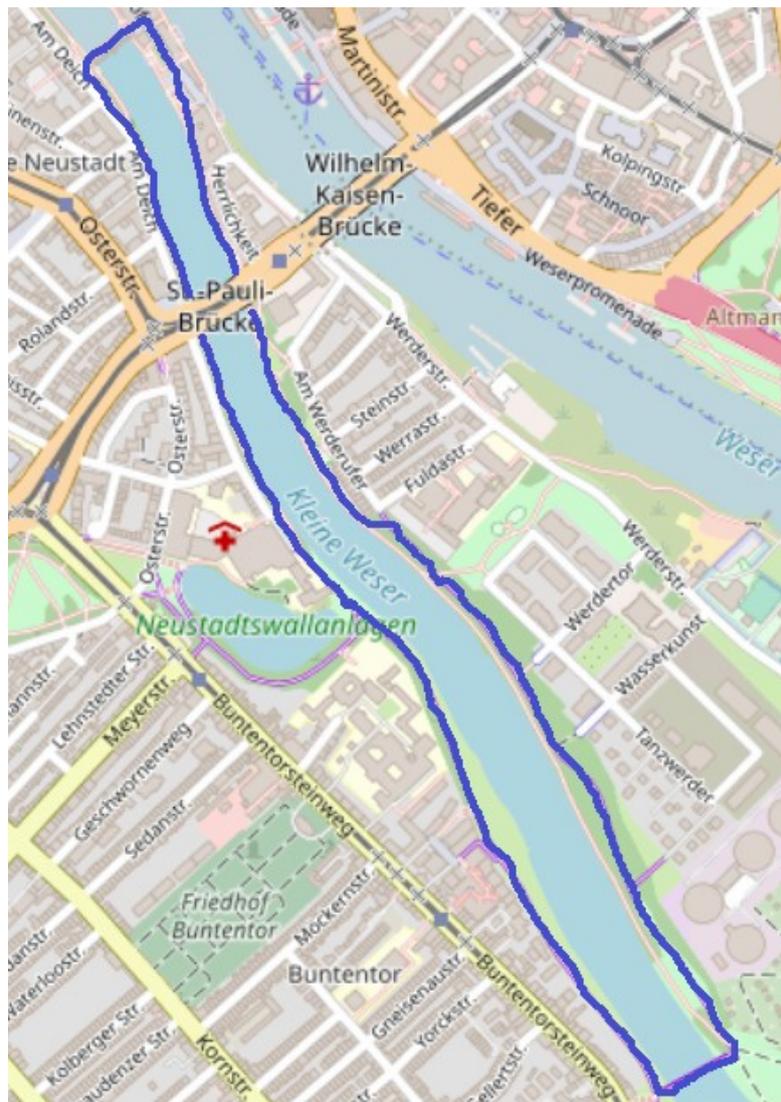
- von der Fußgängerbrücke auf der Clubseite auf dem oberen Weg in Richtung Wilhelm-Kaisen-Brücke
- unter der Wilhelm-Kaisen-Brücke hindurch bis zur Rampe
- die Rampe hoch auf den Teerhof
- über den Teerhof
- links abbiegen und über das kleine Wehr (Brautwehr)
- links abbiegen, am Wasser entlang, die Rampe runter Richtung Wilhelm-Kaisen-Brücke
- unter der W-K-Brücke unterdurch immer am Wasser entlang
- wieder die Rampe rauf auf den Deich und am Deich zurück zur Fußgängerbrücke

- Start-/Zielpunkt je nach Wohnort frei wählbar
- Laufrichtung frei wählbar

Organisation?

Wiebke Liesenhoff, Trainingsleitung

Streckenführung ca 2 km



Streckenführung Werderseerunde, ca 7 km

