



Das Organisationsteam in den grünen „Krönchen-Queen“-Laufshirts, Vertreter der Hilfsorganisationen und der Sponsoren freuen sich auf den 3. Siegener Women's Run am 6. September. Foto: jb

# „Krönchen-Queens“ gesucht

**SIEGEN** Der 3. Women's Run steigt am 6. September / Alle erhalten ein T-Shirt als „Krönchen Queen“

*Von Frauen, mit Frauen und für Frauen nach dem gesundheitlichen Motto „Leben ist Bewegung und Bewegung ist Leben“.*

jb ■ Nach zwei überaus erfolgreichen Auflagen des Siegener Women's Run laufen die Planungen für das Lauf-Event in der Sieg-Arena am 6. September (ab 14 Uhr) bereits auf Hochtouren. Über den Stand informierte ein aus zehn engagierten Frauen bestehendes Kompetenzteam in den Räumlichkeiten des Partners MVZ im Albertus Magnus Ambulantes Zentrum.

Der übergeordnete Schwerpunkt liegt weiterhin auf dem Aspekt Frauen und Gesundheit. Bei dieser Veranstaltung geht es erneut nicht um den Wettkampfgedanken. Zeiten und Platzierungen sind völlig sekundär. Vielmehr ist der Mitmachcharakter, das Spaß haben, das

Kommunikative, der kleine persönliche Beitrag zur eigenen Gesundheit und auch das Animieren, regelmäßig Sport zu treiben bzw. zu laufen, von hoher Bedeutung. Zugleich wird auch wieder zugunsten eines internationalen und zweier lokaler Projekte gelaufen. Denn von den 20 Euro Startgebühr (15 Euro für Schülerinnen und Studentinnen), für die es zahlreiche Gegenleistungen gibt (u. a. ein exklusives Laufshirt mit der Aufschrift „Krönchen-Queen“) werden drei Euro gespendet. Unterstützt werden „Frauen helfen Frauen Siegen“, die Frauen im Lauftreff Inklusive Begegnungen und die Arbeit der Freiwilligen im Flüchtlingscamp auf der griechischen Insel Samos. Dort arbeitet auf ehrenamtlicher Basis die junge Siegenerin Lavinia Frank, die als Jugendliche einer sehr talentierte und erfolgreiche Schwimmerin war. Sie hilft den Menschen, insbesondere den besonders schutzbedürftigen Frauen und Kindern, um irgendwie die katastrophalen Lebensbedingungen dieser Migrantinnen in dem völlig überfüllten Flüchtlingslager menschenwürdiger zu gestalten.

Am 6. September werden wieder ca. 1000 Teilnehmerinnen erwartet und zwar in einer ähnlichen Altersbandbreite wie bisher. 2019 war die jüngste Starterin erst zehn Jahre jung, und die älteste bereits 81. Vertreten waren viele Läuferinnen aus den heimischen Vereinen, aber auch Lauf- und selbstverständlich auch Walkinggruppen aus dem Hobbybereich. Die Veranstaltung hatte außerdem ganz bewusst einen inklusiven Charakter. Menschen mit Behinderung sind genauso willkommen. Auch aus diesem Grund wurde die Ausschreibung in leicht verständlicher Sprache abgefasst.

Die prominenteste Teilnehmerinnen waren Deutschlands Laufkönigin Sabrina Mockenhaupt, die erneut gemeinsam mit ihrer Mutter Hildegard die Schirmherrschaft übernommen hat. Vielleicht kommen die 45-fache Deutsche Meisterin und dreifache Olympia-Teilnehmerin sowie ihre Mutter, die im Seniorenbereich viele Meistertitel gesammelt hat, dann auch mit der dritten Läufergeneration. Denn die schwangere „Mocki“ wird im Mai entbunden.

## Drei Strecken und drei Läufe

- **Drei Strecken, drei Läufe:** Prinzipiell bleiben der Ablauf und die Angebote wie bei den bisherigen Austragungen bestehen. Neu ist der gemeinsame Start der Läuferinnen auf der 2,2-km- und der 4,4-km-Strecke um 14.15 Uhr. Die Läuferinnen auf der kürzeren Distanz werden nach einer Runde herausgewunken. Über 6,6 km finden zwei Läufe statt (15.30 Uhr und 16.30 Uhr). Im zweiten Lauf können auch Staffeln über 3 mal eine Runde gebildet werden.
- **Sieg-Arena ein Traum in Pink:** Die Kunstgruppe des Mittagspausen-Angebots der Hauptschule Eichen übernimmt die künstlerische Gestaltung der Strecke. Die Schülerinnen wollen den Veranstaltungsort in einen Traum in Pink verwandeln.
- **Inklusiver Charakter:** Bereits barrierefrei war die Veranstaltung bisher. Jetzt werden zusätzlich sämtliche Infos in leichter Sprache und in Blindenschrift abgefasst. Am Veranstaltungstag werden u. a. zusätzlich Induktionsschleifen für Hörgeschädigte angebracht.
- **Vorbereitungslauf:** Im Frühsommer werden :anlauf Siegen und der TuS Deuz gemeinsam einen Vorbereitungstermin in der Sieg-Arena anbieten. Kurzfristig kann :anlauf noch Laufeinsteigerkurse für Frauen anbieten.
- **Weitere Informationen:** Alles Wissenswerte ist unter [www.siegener-womensrun.de](http://www.siegener-womensrun.de) nachzulesen.