



Das Frauenlauf-Kompetenzteam und Sponsoren stellten die neue Veranstaltungsform des Siegener Women's Run vor.

FOTO: MEIK MASCHLENSKI

Women's Run geht über die Bühne

Startschuss der dritten Auflage eröffnet Frauenlaufwoche vom 6. bis 13. September. Kontakte geknüpft zu Siegener Partnerstädten. Mehr als eine „kleine Alternative“

Siegen. Für den 6. September ist die dritte Ausgabe des Siegener Women's Run terminiert. Doch in diesem Jahr ist bekanntlich alles anders. Sportveranstaltungen sind in der klassischen Form nicht möglich. Alle zwei bis vier Wochen gelten neue Corona-Schutzverordnungen in NRW, aber niemand kann eine verlässliche Aussage zur Entwicklung machen.

Doch der Women's Run soll stattfinden - nur eben anders. Das zehnköpfige Kompetenzteam, :anlauf als Veranstalter, die Mariengesellschaft als Hauptsponsor und Initiator sowie die anderen Partner arbeiten an einem Konzept, das die Grundidee weitertragen will.

Besonderes Flair

„Frauen laufen anders. Zeiten, Bestzeiten, Rekorde und Trainingskilometer sind unwichtig. Nicht hecheln und hetzen, die Freude an der Bewegung und der Spaß mit anderen Frauen stehen an erster Stelle,“ so Dr. Ilka Kaltschmidt, Fachärztin für Orthopädie und Unfallchirurgie am St. Marien-Krankenhaus und Mitglied im Women's Run-Kompetenzteam. Alle Beteiligten sind zuversichtlich, den besonderen Flair des Events auch auf die neue Veranstaltungsform zu übertragen.

Abläufe werden noch konkretisiert

- In den nächsten drei Wochen konkretisieren das **Kompetenzteam und der Veranstalter** die Inhalte und Abläufe.
- Die Homepage **www.siegener-**

womensrun.de informiert über die Aktualisierungen und neuesten Entwicklungen.

- Anmeldungen sind auf der Homepage **ab sofort** möglich.

„Wir wollen die Frauen in dieser schwierigen Zeit motivieren, etwas für ihre Gesundheit zu tun.“

Renate Hoffmann von :anlauf

Das Wichtigste: Durch das Engagement der Sponsoren und Partner ist die Teilnahme für alle Frauen kostenlos. Gleichzeitig sind bei einer Meldung bis zum 25. August die Startnummern personalisiert, es werden Urkunden erstellt, es gibt eine gratis Finisher-Krone im Women's Run-Design und, wie in den Vorjahren sind Starterinnenpakete in Planung. Das exklusive Finisher-Shirt 2020 „Kronchen-Queen“ kann bei der Anmeldung zum Son-

derpreis zugebucht werden.

Und so läuft der diesjährige Women's Run ab: Im Rahmen eines Einladungs-events werden der Veranstalter, das Kompetenzteam, Sponsoren, Partner und Vertreter aus der Politik und die Schirmherinnen einen symbolischen Startschuss geben.

Inklusions-Charakter hervorgehoben

Der Startschuss ist gleichzeitig die Eröffnung der Frauenlaufwoche. Gelaufen werden kann bis zum 13. September rund um die Uhr an jedem beliebigen Ort. Ob alleine oder in kleinen Gruppen bleibt den Frauen überlassen und orientiert sich immer an den zu der Zeit geltenden Hygienemaßnahmen.

Neben Laufen und Walken sind auch Schwimmen, Radfahren, Inlinern, Rollstuhlfahren und Klettern über einen Zeitraum von 30 bis 60 Minuten möglich. Der Inklusions-

charakter wird dadurch hervorgehoben, dass auch Frauen mit Beeinträchtigungen herzlich zur Teilnahme eingeladen sind.

Für die leistungsorientierten Läuferinnen wird eine 6,6 km-Strecke analog zum Women's Run an der sieg-arena gewertet. Schwerpunkte der Frauenlaufwoche sind u.a. die Themen Gesundheit, Ernährung, Training, Fitness, Laufschuhe und Laufkleidung. Die Angebote finden online oder nach Anmeldung in kleineren Gruppen statt.

Renate Hoffmann von :anlauf ist optimistisch, dass genauso viele Frauen wie in den Vorjahren teilnehmen. „Wir wollen die Frauen in dieser schwierigen Zeit ermutigen und motivieren, etwas für ihre Gesundheit zu tun. Wir möchten die Frauen auch einladen, Teil der großen Siegener Women's Run-Gemeinschaft zu werden. Vom 6. bis zum 13. September werden die grünen Shirts unübersehbar sein.“

Lauf wird International

Und noch eine Besonderheit gibt es dieses Jahr: Über persönliche und offizielle Kontakte ins Ausland, u.a. zu Partnerstädten, soll es das Flair international werden. Der etwas andere 3. Siegener Women's Run wird also mehr sein als eine kleine Alternativ-Veranstaltung.