Pressespiegel

3. Siegener Women's Run 2020

12.03.
Siegener Zeitung

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 Wettkampf-Gedanken. 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.* nachzulesen.

14.03. Westfälische Rundschau

Das Kompetenzteam, die Sponsoren und Partner des 3. Siegener Women´s Run freuen sich bei der Eröffnungspressekonferenz im Albertus Magnus-Zentrum auf die dritte Auflage der Veranstaltung, die am 6. September ausgetragen werden soll. FOTO: JULIAN KAISER

Dritte Auflage als „Traum in Pink“

Siegener Women´s Run geht im September in seine nächste Runde. Sieg-Arena soll entsprechend hergerichtet werden. Veranstalter hoffen auf über 1000 Teilnehmerinnen

Von Julian Kaiser

Siegen. „Wir würden uns freuen, über 1000 Starterinnen begrüßen zu dürfen“, formulierte Petra Gahr, Mitglied des Kompetenzteams, das ehrgeizige Ziel für die 3. Auflage des Siegener Women´s Run klar. Im Vorjahr machte den Veranstalterinnen das schlechte Wetter einen Strich durch diese Rechnung, bei 866 Anmeldungen waren es letztlich nur noch 640 Läuferinnen, die sich in der Sieg-Arena tummelten. Dennoch setzt man wieder auf den bewährten Sonntag im September, hofft aber gleichzeitig auf mehr „Einsicht“ von oben.

Alle Frauen können mitmachen

Unter dem Motto „Leben ist Bewegung, Bewegung ist Leben“ soll am 6. September besonders der Spaß und das Thema Gesundheit in den Vordergrund gerückt werden. „Der Wettkampf-Gedanke ‘höher, schneller, weiter’ zählt bei uns nicht“, stellte Ilka Kaltschmidt, Ärztin in den St.-Marien-Kliniken und Teil des Kompetenzteams, klar. „Wir holen jede Frau da ab, wo sie gerade steht“, so Kaltschmidt weiter. Erstmals ist der Women´s Run auch bei dem Projekt „Wir machen mit. Inklusion läuft“ dabei. So wird der Lauf als barrierefreie Veranstaltung durchgeführt. „Frauen mit Beeinträchtigung und Behinderung möchten wir herzlich zur Teilnahme einladen“, erklärte Renate Hoffmann, Gründerin von :anlauf und Mitglied des Kompetenzteams.

Prognose in Bezug auf den Coronavirus noch zu früh

- Auch das Thema Coronavirus wurde bei der **Auftaktveranstaltung** zur 3. Auflage des Women´s Run natürlich behandelt.
- Allerdings lässt sich zu diesem Zeitpunkt noch keine Aussage über die **Entwicklung** treffen.
- Sollte der Virus **Auswirkungen** auf den Lauf haben, wird dies noch bekanntgegeben.

> **„Der Wettkampf-Gedanke ‘höher, schneller, weiter’ zählt bei uns nicht.“**
>
> **Ilka Kaltschmidt,** Mitglied des Kompetenzteams, stellt den gemeinschaftlichen Aspekt in den Vordergrund

Neuerungen gibt es auch im Ablaufplan der Veranstaltung, der insgesamt etwas komprimierte daherkommt. Zwar bleiben die Strecken über 2,2km, 4,4km und 6,6km allesamt bestehen, doch der Start der beiden kürzeren Distanzen erfolgt zusammen. Die Läuferinnen, die über 2,2 Kilometer starten, laufen dann bereits nach einer Runde ins Ziel, während die weiteren Starterinnen eine weitere absolvieren. Der Startschuss hierfür erfolgt um 14.15 Uhr, nach der Siegerehrung werden um 15:15 Uhr die schönsten Auftritte prämiert.

Erstmals eine Staffel möglich

Eine Viertelstunde später folgt der 1. Lauf über 6,6 Kilometer, um 16.30 Uhr beginnt die zweite Gruppe. Dort ist es auch erstmals möglich, die Strecke als Staffel, also mit drei Läuferinnen über jeweils eine Runde, in Angriff zu nehmen. Dafür, dass die Sieg-Arena sich auch optisch wieder von ihrer besten Seite zeigt, dafür ist in diesem Jahr die Kunstgruppe des Mittagspausen-Angebot der Hauptschule Eichen mit ihrer Lehrerin Aniko Hackspacher verantwortlich. „Mit ihren kreativen Ideen werden sie die Strecke in einen Traum in Pink verwandeln“, freut sich Hoffmann.

Drei Projekte werden unterstützt

In Pink bleibt auch der Schriftzug auf dem hellgrünen Laufshirt. „Krönchen Queen“ ist dort in diesem Jahr zu lesen, auch das Krönchen-Symbol bleibt dabei. „Das ist bei den Starterinnen gut angekommen“, erläuterte Alexandra Netzer.

Bewährt haben sich auch die Startgebühren von 20 Euro, mit Ermäßigungen für Schülerinnen und Studentinnen sind es 15 Euro. Jeweils drei Euro der Startgebühr gehen in ein internationales und zwei lokale Projekte. Zum einen wird das „Samos Volunteers Alpha Centre“ unterstützt, das sich bereits seit 2016 im Flüchtlingscamp auf der griechischen Insel Samos engagiert. Auch der Verein „Frauen helfen Frauen e.V. Siegen“ und die Frauen des Lauftreffs Inklusive Begegnungen dürfen sich über Spenden aus dem Erlös des Women´s Runs freuen.

25.07. Westfälische Rundschau

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 Unfallchirugie 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 personifiziert, 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 „Krönchen-Queen" kann bei der Anmeldung zum Sonderpreis zugebucht werden.

Und so läuft der diesjährige Women's Run ab: Im Rahmen eines Einladungsevents werden der Veranstalter, das Kompetenzteam, Sponsoren, Partner und Vertreter aus der Politik und die Schirmherrinnen 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 Inklusionscharakter 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.

28.07. Siegener Zeitung

„Krönchen-Queen“ werden

Women’s Run vom 6. bis 13. September / Teilnahme kostenlos

sz **Siegen.** Für den 6. September ist die dritte Ausgabe des Siegener Frauenlaufs terminiert. Doch in diesem Jahr ist bekanntlich alles anders. Sportveranstaltungen sind in der klassischen Form nicht möglich. Die Organisatoren teilten gestern mit, dass der 3. Siegener Women’s Run stattfinden soll, nur eben anders.

Das 10 köpfige Frauenlauf-Kompetenzteam mit :anlauf als Veranstalter und der Marien Gesellschaft Siegen als Hauptsponsor/Initiator sowie die anderen Partner arbeiten an einem Konzept, dass die Grundidee der Veranstaltung weitertragen will. „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 Unfallchirugie an dem zur Marien Gesellschaft gehörenden St. Marien-Krankenhaus und Mitglied im Women’s-Run-Kompetenzteam.

Das Wichtigste: Durch das Engagement der Sponsoren und Partner ist die Teilnahme für alle Frauen kostenlos. Gleichzeitig sind die Startnummern bei einer Meldung bis zum 25. August personifiziert, 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 „Krönchen-Queen“ kann bei der Anmeldung zugebucht werden.

Und so läuft der Women’s Run ab: Im Rahmen eines Einladungsevents werden der Veranstalter, das Kompetenzteam, Sponsoren, Partner und Vertreter aus der Politik und die Schirmherrinnen einen symbolischen Startschuss geben. Der Start zum 3. Siegener Women’s Run ist gleichzeitig die Eröffnung der Frauenlaufwoche. Gelaufen werden kann bis zum 13. September rund um die Uhr an jedem Ort. Ob alleine oder in kleinen Gruppen bleibt den Frauen überlassen und orientiert sich selbstverständlich immer an den zu der Zeit geltenden Hygieneschutzmaßnahmen. Neben dem Laufen und Walken sind auch Schwimmen, Radfahren, Inlinern, Rollstuhlfahren und Klettern über einen Zeitraum von 30 bis 60 Minuten möglich. Der Inklusionscharakter wird dadurch hervorgehoben, dass auch Frauen mit Beeinträchtigungen zur Teilnahme eingeladen sind. Für die leistungsorientierten Läuferinnen wird eine 6,6-km-Strecke analog zum Women’s Run an der sieg-arena gewertet.“

Die Homepage *www.siegener-womensrun.de* informiert über die Aktualisierungen, Anmeldungen sind dort ebenfalls ab sofort möglich.

Stellten die neue Veranstaltungsform des Siegener Women’s Run vor (v. l.): Marlene Stettner, Petra Gahr, Ulla Baum, Hanna Hafer und Dr. Ilka Kaltschmidt vom Women’s-Run-Kompetenzteam. *Foto: Veranstalter*

29.07. Siegerländer Wochenanzeiger

Women's Run findet statt

Veranstalter und Sponsoren stellen zur 3. Ausgabe ein angepasstes Konzept vor

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

Der 3. Siegener Women's Run soll stattfinden, nur eben anders. Das zehnköpfige Frauenlauf-Kompetenzteam, :anlauf als Veranstalter, der Hauptsponsor/ Initiator der Veranstaltung, die Marien Gesellschaft Siegen und die anderen Partner arbeiten an einem Konzept, das die Grundidee der Veranstaltung weitertragen will. „*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 Unfallchirugie am zur Marien Gesellschaft gehörenden 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. Das Wichtigste: Durch das Engagement der Sponsoren und der Partner Mariengesellschaft Siegen, Krombacher Brauerei, Sparkasse Siegen, innogy, Autohaus Walter Schneider, ausdauer-shop, Galderma und Ochel Consulting ist die Teilnahme für alle Frauen kostenlos.

Gleichzeitig sind bei einer Meldung bis zum **25. August** die Startnummern personifiziert, 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 „Krönchen-Queen" kann bei der Anmeldung zum Sonderpreis zugebucht werden.

Und so läuft der diesjährige Women's Run ab: Im Rahmen eines Einladungsevent werden der Veranstalter, das Kompetenzteam, Sponsoren, Partner und Vertreter aus der Politik und die Schirmherrinnen einen symbolischen Startschuss geben. Der Start zum 3. Siegener Women's Run ist gleichzeitig die Eröffnung der Frauenlaufwoche. Gelaufen werden kann bis zum **13. September** rund um die Uhr, an jedem Ort.

Ob alleine, oder in kleinen Gruppen, bleibt den Frauen überlassen und orientiert sich selbstverständlich immer an den zu der Zeit geltenden Hygieneschutzmaßnahmen.

Neben dem Laufen und Walken sind auch Schwimmen, Radfahren, Inlinern, Rollstuhlfahren und Klettern über einen Zeitraum von 30 bis 60 Minuten möglich. Der Inklusionscharakter wird dadurch hervorgehoben, dass auch Frauen mit Beeinträchtigungen herzlich zur Teilnahme eingeladen sind. Für die leistungsorientierten Läuferinnen wird eine 6,6 km lange Strecke analog zum Women's Run an der sieg-arena gewertet

Das Frauenlauf-Kompetenzteam und Sponsoren stellten die neue Veranstaltungsform des Siegener Women's Run vor: (von links) Marlene Stettner, Petra Gahr, Christoph Brombach (innogy), Andrea Schneider (Autohaus Walter Schneider), Ulla Baum, Stefanie Schierling (Sparkasse Siegen), Dr. Christian Stoffers (Marien Gesellschaft), Dr. Ilka Kaltschmidt und Hanna Hafer. *Foto: Veranstalter*

14.03. Siegerlandkurier

Women´s Run wird ein „Traum in Pink"

Das neue Kompetenzteam des Siegener Women´s Run hat jetzt im Ambulanten Zentrum Albertus Magnus die Details und Neuerungen der dritten Auflage der Laufveranstaltung vorgestellt. Diese soll am 6. September durchgeführt werden.

VON STEFAN KRÜGER

Siegen – Die Verantwortlichen des 3. Siegener Women´s Run setzen bei der Durchführung im September auf bewährte Abläufe und Angebote, allerdings gibt es auch einige Neuerungen.

Neuerungen

So wird die 2,2-Kilometer-Strecke in die 4,4-Kilometer-Strecke mit aufgenommen. Dies bedeutet, dass alle Starterinnen beider Läufe gemeinsam beginnen, aber die Läuferinnen des 2,2-Kilometer-Laufs ihr Rennen nach der ersten Runde beenden. Erstmals wird auch über 6,6-Kilometer ein Staffellauf – drei Mal eine Runde – stattfinden. Neben dem Rahmenprogramm und den Angeboten im Start- und Zielbereich soll es auch ein abwechslungsreiches Catering geben. Dieses soll auch wieder vegetarische und vegane Speisen bieten

Schirmherrin „Mocki"

Die Schirmherrschaft für den Siegener Women´s Run haben wieder Hildegard Mockenhaupt und Sabrina Mockenhaupt-Gregor übernommen.

Streckengestaltung

Die künstlerische Gestaltung der Strecke in der Sieg-Arena wird durch Lehrerin Aniko Hackspacher und ihrer Kunstgruppe des Mittagspausen-Angebots der Hauptschule Eichen durchgeführt. Die Schülerinnen wollen durch ihre kreativen Ideen die Sieg-Arena für einen Tag in einen „Traum in Pink" verwandeln.

Inklusion

Auch 2020 soll der Siegener Women´s Run als barrierefreie Veranstaltung durchgeführt werden. Infos sollen in leichter Sprache oder in Blindenschrift angeboten werden. Außerdem sollen am Veranstaltungstag Induktionsschleifen für Hörgeschädigte, eine barrierefreie Toilette und bei Bedarf Assistenzen zur Verfügung stehen.

Krönchen Queen

Die Teilnehmerinnen des Women´s Run erhalten unter anderem ein Laufshirt mit dem Aufdruck „Krönchen Queen", einen Starterinnenumschlag, eine Geschenktasche und eine Urkunde. Neben Auszeichnungen für Mütter-Töchter-, Schwestern- und Freundinnen-Teams wird das schönste Outfit, das größte Team sowie die jüngste und älteste Teilnehmerin gekürt.

Die Verantwortlichen und Sponsoren freuen sich auf die dritte Auflage des Women´s Run im September.

FOTO: STEFAN KRÜGER

Startgebühr & Spende

Die Startgebühren betragen 20 Euro (15 Euro für Studentinnen und Schülerinnen). Drei Euro der Startgebühr gehnen an ein internationales und zwei Projekte, kündigten die Veranstalter an. Zum einen wird „Frauen helfen Frauen" und „Lauftreff inklusive Bewegung" unterstützt. Außerdem geht ein Teil der Spenden an das „Samos Volunteer Camp". Dabei handelt es sich ein Flüchtlingscamp in Griechenland.

Corona-Lage

Natürlich will das Kompetenzteam auch die Entwicklungen im Zusammenhang mit dem Coronavirus in den nächsten Monaten im Auge behalten.

Weitere Infos
siegener-womensrun.de

12.08. Westfälische Rundschau

Women's- Run: Partnerstädte angeschrieben

Internationale Note im September erwünscht

Siegen. Siegens Frauenlauf heißt Women's Run. Dieser Anglizismus hat in den vergangenen zwei Jahren zu der ein oder anderen Kritik geführt. Nun zeigt sich, dass :anlauf und das zehnköpfige Kompetenzteam mit dem englischen Veranstaltungsnamen aber zukunftsweisend gedacht haben. Die dritte Auflage des Siegener Women's Run findet bekanntlich trotz der Corona Pandemie statt. Der Lauf für Frauen wurde den schwierigen Bedingungen angepasst und kann nun vom 6. bis zum 13. September überall gelaufen werden.

Konkret wird jetzt auch der internationale Charakter der Veranstaltung: Die Ausschreibung wurde ins Englische übersetzt und auf der Homepage finden sich ebenfalls internationale Informationen. Ganz offiziell erfolgen nun auch von Seiten des Kreises Siegen-Wittgenstein und der Stadt Siegen Einladungen an die Partnerstädte und Regionen Emek Hefer, Deyang, Grenaa, London Borough of Barnet, Berlin-Spandau, Plauen, Katwijk, Leeds Morley, Ypern und Zakopane.

Werbekampagne

Landrat Andreas Müller und Bürgermeister Steffen Mues sind sich einig: „Unsere Partnerschaften besitzen für uns eine hohe Bedeutung. Leider mussten wegen der Corona-Pandemie seit dem Frühjahr alle geplanten Begegnungen abgesagt werden. Deshalb werden wir unsere Partnerregionen sehr gerne zum virtuellen Women's Run einladen, um auf diese außergewöhnliche Art unsere Freundschaften zu pflegen und gemeinsam etwas zu unternehmen."

Veranstalter :anlauf hat bereits Infopakete mit Flyern, Plakaten und Finisher-T-Shirts von 2019 auf die Reise geschickt, Einladungen teilweise in Landessprache versendet und für die Medien in den Partnerstädten und Regionen wurden Pressemitteilungen erstellt. Kreis und Stadt Siegen sowie :anlauf und die Frauen des Kompetenzteams erhoffen sich viele Rückmeldungen.

13.08. Siegener Zeitung

Partnerstädte zum Women's Run eingeladen

sz **Siegen**. Siegens Frauenlauf heißt bekanntlich „Women's Run", und der Anglizismus hat auch zu Kritik geführt. Nun zeigt sich, dass :anlauf und das Kompetenzteam mit dem englischen Veranstaltungsnamen zukunftsweisend gedacht haben. Die dritte Auflage des Siegener Women's Run findet bekanntlich trotz der Corona-Pandemie statt. Der Lauf für Frauen wurde angepasst und kann nun vom 6. bis zum 13. September überall gelaufen werden (SZ berichtete). Die Läuferinnen erhalten u. a. Startnummer und Urkunde.

Die Ausschreibung wurde nun ins Englische übersetzt, und auf der Homepage finden sich internationale Informationen. Ganz offiziell erfolgen nun auch von Seiten des Kreises Siegen-Wittgenstein und der Stadt Siegen Einladungen an die Partnerstädte und Regionen Emek Hefer (Israel), Deyang (China), Grenaa (Dänemark), London/Borough of Barnet (Großbritannien), (Berlin-Spandau (Deutschland), Plauen (Deutschland), Katwijk (Niederlande), Leeds/Morley (Großbritannien), Ypern (Belgien) und Zakopane (Polen). Landrat Andreas Müller und Bürgermeister Steffen Mues sind sich einig: „Unsere Partnerschaften besitzen eine hohe Bedeutung und viele leben wir intensiv. Deshalb werden wir unsere Partnerregionen zum virtuellen Women's Run einladen, um auf diese außergewöhnliche Art unsere Freundschaften zu pflegen." :anlauf hat Infopakete mit Flyern, Plakate und Finishershirts auf die Reise geschickt, Einladungen teilweise in Landessprache versendet, und für die Medien in den Partnerstädten wurden Pressemitteilungen erstellt.

25.08. Westfälische Rundschau

Siegener Frauenlauf: 700 Anmeldungen

Siegen. Die Vorbereitungen für den diesjährigen Siegener Frauenlauf sind im vollem Gange. Mittlerweile liegen den Veranstaltern rund 700 Meldungen vor, und das Interesse lässt nicht nach. Gerade in der heutigen Zeit ist es ihnen wichtig, öffentliche Sportangebote zu präsentieren. Deshalb setzen sich die Gleichstellungsbeauftragten von Stadt und Kreis auch 2020 aktiv für diese Veranstaltung ein.

3. Siegener WOMEN'S RUN
powered by: Marien Gesellschaft Siegen
6. bis 13. September 2020
Die Barrierefreiheit der Veranstaltung wird unterstützt von :anlauf und dem Kreis Siegen-Wittgenstein. Weitere Informationen im :anlauf-Büro
SWA
DER ANZEIGER FÜR DEN MITTWOCH UND DAS WOCHENENDE
Sonderveröffentlichung · Samstag, 5. September 2020

Freude an Bewegung

Laufwoche: Women's Run wurde den Coronabedingungen angepasst

Im Pulk laufen kann man in diesem Jahr nicht. Stattdessen können die Teilnehmerinnen innerhalb einer Woche an jedem Ort und zu jedem Zeitpunkt ihren „Run" absolvieren. Foto: Archiv

Siegen. Große Sportveranstaltungen in der klassischen Form finden bekanntlich in diesem Jahr nicht statt – Corona schiebt den Riegel davor.c Doch trotzdem wird gelaufen – nicht nur beim Siegerländer AOK-Firmenlauf, der diesmal virtuell durchgeführt wurde. Auch die für Sonntag, 6. September, terminierte dritte Ausgabe des Siegener Women's Run, nur eben anders.

Das zehnköpfige Frauenlauf-Kompetenzteam, :anlauf als Veranstalter, der Hauptsponsor/Initiator der Veranstaltung, die Marien Gesellschaft Siegen, und die anderen Partner haben ein Konzept erarbeitet, das die Grundidee der Veranstaltung weitertragen will. „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 Unfallchirugie 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.

Das Wichtigste: Durch das Engagement der Sponsoren und der Partner ist die Teilnahme für alle Frauen kostenlos. Gleichzeitig sind bei einer rechtzeitigen Meldung die Startnummern personifiziert, es werden Urkunden erstellt und es gibt eine gratis Finisher-Krone im Women's Run-Design. Zudem sind, wie in den Vorjahren, Starterinnenpakete in Planung. Das exklusive Finisher-Shirt 2020 „Krönchen-Queen" kann bei der Anmeldung zum Sonderpreis zugebucht werden.

Und so läuft der diesjährige Women's Run ab: Im Rahmen eines Einladungsevent werden Veranstalter, Kompetenzteam, Sponsoren, Partner und Vertreter aus der Politik und die Schirmherrinnen einen symbolischen Startschuss geben. Der Start zum Women's Run ist gleichzeitig die Eröffnung der Frauenlaufwoche. Gelaufen werden kann vom 6. bis 13. September rund um die Uhr, an jedem Ort.

Ob alleine oder in kleinen Gruppen, das bleibt den Frauen selbst überlassen und orientiert sich selbstverständlich immer an den zu der Zeit geltenden Hygieneschutzmaßnahmen. Neben dem Laufen und Walken sind auch Schwimmen, Radfahren, Inlinern, Rollstuhlfahren und Klettern über einen Zeitraum von 30 bis 60 Minuten möglich.

Teilnehmen können Frauen jeden Alters, entweder allein oder auch gemeinsam mit ihren Müttern, Töchtern, Freundinnen, Arbeitskolleginnen oder Nachbarinnen. Für die leistungsorientierten Läuferinnen wird eine 6,6 km lange Strecke analog zum Women's Run an der sieg-arena gewertet. Dazu muss die Strecke getrackt werden, möglich mit allen gängigen Tracking-Apps oder Uhren.

Landrat Müller und Siegens Bürgermeister Mues werben gemeinsam mit dem Kompetenzteam des Siegener Women's Run für eine rege Beteiligung von Frauen aus den Partnerstädten. Foto: Veranstalter

Diesmal international

Frauenlauf findet über die Landesgrenzen hinaus statt

Siegen. Die dritte Auflage des Siegener Women's Run findet bekanntlich trotz der Corona Pandemie statt. Der Lauf für Frauen wurde den schwierigen Bedingungen angepasst und kann vom 6. bis 13. September überall gelaufen werden.

Konkret wurde mittlerweile auch der internationale Charakter der Veranstaltung: Die Ausschreibung wurde ins Englische übersetzt, auf der Homepage finden sich ebenfalls internationale Informationen. Ganz offiziell erfolgten auch von Seiten des Kreises Siegen-Wittgenstein und der Stadt Siegen Einladungen an die Partnerstädte und Regionen Emek Hefer (Israel), Deyang (China), Grenaa (Dänemark), London Borough of Barnet (Großbritannien), Berlin-Spandau, Plauen, Katwijk (Niederlande), Leeds Morley (Großbritannien), Ypern (Belgien) und Zakopane (Polen). Landrat Andreas Müller und Bürgermeister Steffen Mues sind sich einig: „Unsere Partnerschaften besitzen für uns eine hohe Bedeutung. Leider mussten wegen der Corona-Pandemie seit dem Frühjahr alle geplanten Begegnungen abgesagt werden. Deshalb haben wir unsere Partnerregionen gerne zum virtuellen Women's Run eingeladen, um auf diese außergewöhnliche Art unsere Freundschaften zu pflegen." Der Veranstalter :anlauf hat Infopakete mit Flyern, Plakate und Finishershirts von 2019 auf die Reise geschickt und Einladungen teilweise in Landessprache versendet. Kreis und Stadt Siegen sowie :anlauf und die Frauen des Kompetenzteams erhoffen sich viele Rückmeldungen. Selbstverständlich ist für die internationalen Starterinnen die Teilnahme ebenfalls kostenlos. Zudem steht das Angebot, dass Frauen, die Bekannte und Freundinnen im Ausland zur Teilnahme am Siegener Women's Run einladen möchten, ein kostenloses Infopaket erhalten.

Sport und Spaß gehören zusammen – auch in Coronazeiten: Beim diesjährigen Frauenlauf kann man innerhalb einer Woche zu einem Zeitpunkt seiner Wahl mit den besten Freundinnen oder liebsten Kolleginnen gemeinsam laufen oder walken. Foto: Veranstalter

Traum in Pink

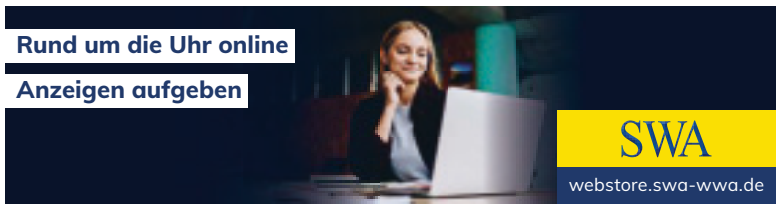
News rund um den Frauenlauf

Siegen. Trotz coronobedingt verändertem Modus des Women's Run 2020 bietet die Frauenlaufwoche eine kleines Rahmenprogramm. Von Montag, 7. September, bis Freitag, 11. September, steht an der Sieg-Arena ein Info-Stand mit einer großen Uhr. Wer seinen Lauf/Walk hier absolviert, kann mithilfe der Uhr seine individuelle zeit leicht ablesen. Die Sieg-Arena präsentiert sich derzeit übrigens durchaus sehenswert: Schülerinnen der Hauptschule Eichen gestalten die Laufstrecke zu einem kleinen Traum in Pink. Ferner werden folgende Veranstaltungen angeboten: Montag, 7. September, 18 Uhr, Sportplatz Bürbach: Nordic Walking mit Marlene; 18 Uhr, anlauf-Büro Bahnhof Eintracht: Schneller Werden mit Renate und Kathie. Freitag, 11. September, 17.30 Uhr, anlauf-Büro Bahnhof Eintracht: Der Lauftreff des Vereins Inklusive Begegnungen und das Projekt „Wir machen mit. Inklusion läuft!" absolvieren den Women's Run. Sonntag, 13. September, ab 12 Uhr, Sieg-Arena: Aktionstag zum Thema Laufschuhe und Laufkleidung.

Mitlaufen diesmal kostenlos

Siegen. Laufen nicht im Pulk, sondern individuell und locker alleine oder mit der besten Freundin oder der Lieblingskollegin – das ist das Corona bedingte Konzept des dritten Siegener Frauenlaufs. Eine Woche ist dafür Zeit, Terminstress ist also keine Ausrede. Anmeldungen sind über das bisherige Portal im Internet unter www.siegener-womensrun.de möglich. Mitlaufen können die Freizeitsportlerinnen nämlich diesmal kostenlos. Möglich wird das durch das Engagement der Sponsoren und Partner des Siegener Women's Run.

:anlauf Veranstaltungen . Projekte . TeamService wünscht allen Frauen viel Spaß und Erfolg beim: 3. Siegener WOMEN'S RUN powered by: Marien Gesellschaft Siegen



SWA DER ANZEIGER FÜR DEN MITTWOCH UND DAS WOCHENENDE
Wir wünschen allen Teilnehmerinnen viel Erfolg.
Tel. 02 71 / 59 40-2 70
m.rothweiler@swa-wwa.de

09.09. Siegener Zeitung

1100 Krönchen-Queens am Start: Startschuss zum 3. Siegener Women's Run

Die sportbegeisterten Frauen in der Region lassen sich auch durch die Einschränkungen aufgrund der Corona-Pandemie nicht ausbremsen. Trotz aller Schwierigkeiten gibt es auch in diesem Jahr wieder einen Frauenlauf. Am Sonntagmittag fiel vor dem Haupteingang des Hauptsponsors Marien Gesellschaft Siegen der Startschuss zum 3. Siegener Women's Run. Natürlich ist in diesem Jahr alles anders, doch der Frauenlauf in Siegen ist vielmehr als nur eine weitere „virtuelle" Sportveranstaltung, die derzeit wie Pilze aus dem Boden sprießen. Die Begeisterung ist riesengroß, die Organisatorinnen freuen sich über mehr als 1100 Teilnehmerinnen, davon mehr als 900 aus der Region. Erstmals ist der Frauenlauf international, denn zum Start aufgerufen sind auch die sportbegeisterten Frauen aus den Partnerstädten des Kreises Siegen-Wittgenstein und der Stadt Siegen. Dass mit Bürgermeister Steffen Mues ein Mann den Startschuss für die Frauenlaufwoche gab (hinten im Bild), konnten die Frauen durchaus verkraften, nahm sich der begeisterte Hobbyläufer Mues doch im engen Terminkalender viel Zeit, um diese Laufveranstaltung zu unterstützen. „1100 Starterinnen, meine Güte, das ist wieder ein Riesenerfolg. Ich danke dem Kompetenzteam für die viele Arbeit und natürlich den Sponsoren, die dem Frauenlauf auch in Coronazeiten treu geblieben sind. Es war wichtig, die Kontinuität beizubehalten und das kein Bruch entsteht. Ich finde es toll, dass der Frauenlauf auch in diesem Jahr wieder inklusiv ist und auch die 1500 Euro an Spendengeldern für Frauenprojekte zeigen den besonderen Charakter dieser Veranstaltung." Petra Gahr vom Frauenlauf-Kompetenzteam erklärte bei der Eröffnung: „Die Umsetzung dieses Women's Run war ein enormer Kraftakt, deshalb freuen wir uns umso mehr, dass der Lauf überhaupt stattfinden kann und die Resonanz wieder so groß ist." Bis kommenden Sonntag können Frauen nun überall, egal an welchem Ort und zu welcher Uhrzeit ihren Frauenlauf absolvieren. Die durch Sponsorenleistungen kostenlose Anmeldung beinhaltet die Startnummer für den Lauf, eine Finisher-Krone" sowie ein Starterpaket. Viele der Frauen werden wohl den Original-Rundkurs der vergangenen Jahre an der siegarena nutzen. Dort wird es täglich von 17 bis 20 Uhr einen Infostand mit einer großen Uhr geben, mit deren Hilfe die Frauen ihre individuellen Zeiten ermitteln können. Und auch das ist neu in diesem Jahr: Die Schülerinnen und Schüler der Kunst AG der Hauptschule Eichen haben die Laufstrecke an der Siegener Eintracht mit kreativen Ideen und kleinen Motivationspunkten neu gestaltet. Anmeldungen (bis 12. September) und Informationen gibt es im Internet unter: *www.siegener-womens-run.de*.

Foto: Frank Steinseifer

09.09. Westfälische Rundschau

Eine Woche rund um die Uhr laufen

Startschuss für den 3. Siegener Women's Run. Warum er in diesem Jahr etwas ganz Besonderes ist

Von Michael Kunz

Siegen. Statt eines großen Laufes am Sonntag wird es diesmal viele kleine Läufe geben. Es kann aber auch geklettert, gewalkt oder mit Inlinern gestartet werden. Eine ganze Woche lang besteht die Möglichkeit, sich an der dritten Auflage des „Siegener Women's Run" zu beteiligen. Stand dieser anfangs auf der Kippe, loben zum doch noch möglich gewordenen Start am Sonntag alle Verantwortlichen die große Bandbreite, die sich nun entwickelt hat und den Lauf zu einem in jeder Hinsicht Besonderen macht.

„Der Women's Run ist ein tolles Beispiel dafür, dass wir selbst in Corona-Zeiten und über bestehende Ländergrenzen hinaus Erlebnisse miteinander teilen können."

Helmut Kleebank Bezirksbürgermeister und Sportstadtrat der Siegener Partnerstadt Berlin-Spandau

Das Kompetenzteam des Siegener Women's Run startet symbolisch nach dem Startschuss von Bürgermeister Steffen Mues (rechts). Bis zum 13. September kann jetzt gelaufen und gewalkt werden. Der Lauf findet erstmals in virtueller Form statt. FOTO: MICHAEL KUNZ

Die Frauen des TSV Oberfischbach bereiten sich in bester Stimmung auf ihre Teilnahme beim 3. Siegener Women's Run vor. FOTO: MICHAEL KUNZ

Offizielle Programmangebote

- Freitag, 11. September, um 17.30 Uhr im :anlauf-Büro Bahnhof Eintracht: Der **Lauftreff des Vereins „Inklusive Begegnungen"** und das Projekt **„Wir machen mit. Inklusion läuft!"** absolvieren gemeinsam. Das WR-Kompetenzteam lädt zur Teilnahme mit und ohne Beeinträchtigung ein.

- Sonntag, 13. September, ab 12 Uhr, sieg-arena: Ein **Aktionstag zum Thema Laufschuhe und Laufkleidung** von Absolute Run/Ausdauer und asics. Die Asics „FEEL THE DIFFERENT" Tour macht Station in Siegen. Von morgens bis nachmittags können die Läuferinnen und Läufer verschiedene **Analyse-Tools** wie Foot-ID oder Lauftest auf einer Bahn nutzen. Es wird zweimal am Tag einen geführten Lauf und ein **ABC-Lauftraining** geben. Darüber hinaus können aktuelle Schuhmodelle vor Ort getestet werden.

Gelaufen und gewalkt werden kann bis zum 13. September rund um die Uhr an jedem Ort. Ob alleine oder in kleinen Gruppen bleibt den Frauen überlassen und orientiert sich an den Corona-Hygieneschutzverordnungen. Neben Laufen und Walken sind auch Schwimmen, Radfahren, Inlinern, Rollstuhlfahren und Klettern über einen Zeitraum von 30 bis 60 Minuten möglich. Für die leistungsorientierten Läuferinnen wird eine 6,6 km-Strecke analog zum Women's Run an der sieg-arena gewertet. Die sieg-arena ist bis zum 13. September geschmückt, ein Kunstprojekt der Hauptschule Eichen hat das Thema „Ein Traum in Pink" umgesetzt. Bis zum 11. September gibt es dort einen Infostand sowie eine Fotowand am :anlauf-Büro.

Gäste aus der Partnerstadt Spandau

Bis zum Startschuss durch Bürgermeister Steffen Mues am Sonntag um 14 Uhr auf der Wiese neben dem Haupteingang des Ambulanten Zentrums Albertus Magnus waren bereits mehr als 1100 Frauen registriert, darunter knapp 900 aus der Region. Die restlichen kommen unter anderem aus den Partnerstädten Siegens. So ist der Verein für Volkssport (VfV) Berlin-Spandau der Einladung gefolgt. Helmut Kleebank, Spandauer Bezirksbürgermeister und Sportstadtrat, lobt die Initiative: „Der Women's Run ist ein tolles Beispiel dafür, dass wir selbst in Corona-Zeiten und über bestehende Ländergrenzen hinaus Erlebnisse miteinander teilen können." Mues hielt sein Grußwort unerschrocken vor der „Krönchen-Queen"-Fotowand und begrüßte es, dass der Lauf erneut barrierefrei und inklusiv ausgeschrieben ist. Für die Menschen mit Handicap nahm Brigitte Van Assche vom Projekt „Wir machen mit" im Rollstuhl am Auftakt teil.

Aktive Oberfischbacherinnen

Während der Auftakt im kleinen Rahmen an der Sandstraße ablief, waren die ersten Gruppen bereits aktiv unterwegs. Ein paar vermeintliche Omas etwa entpuppten sich als gut gelaunte Frauen und Mädchen verschiedensten Alters vom TSV Oberfischbach. Ähnlich wie beim Firmenlauf steht auch hier neben der Gesundheit, die zur Eröffnung von Petra Gahr herausgehoben wird, einer Mitarbeiterin des Hauptsponsors Mariengesellschaft, der Spaß im Mittelpunkt. „Wir altern nicht. Wir laufen. Ursel läuft mit", haben sie auf verschiedene Zettel geschrieben. So oder ähnlich dürften es viele Gruppen und Vereine in den kommenden Tagen der „Laufwoche" machen.

Drumherum wird ein Begleitprogramm angeboten. Dr. Till Walter, Facharzt für Kardiologie, Sportmedizin und Ernährungsmedizin vom Marien-Präventionszentrum, gibt Tipps rund um das Thema „Körperanalyse, Gesundheit und Laufsport". Melanie Grebe und Katharina Reitz erklären, welche Therapieformen bei Verletzungen durch Laufensport möglich sind. Anika Leititis von Kiana Yoga gibt in einem Live-Stream Tipps zum Thema Stretching und präsentiert ein Video „Yoga für Läuferinnen".

Benefizcharakter

Schließlich hat der Lauf noch einen Benefizcharakter. Obwohl die Teilnahme diesmal dank der Sponsoren kostenfrei möglich ist, haben sehr viele Läuferinnen ihren Beitrag bezahlt, mit dem auch eine Spende für drei Einrichtungen ermöglicht werden soll. Ausgesucht wurden „Frauen helfen Frauen e.V. Siegen", Frauen des Lauftreffs „Inklusive Begegnungen" und das „Samos Volunteers Alpha Centre".

Rekordbeteiligung

Siegener Women's Run 2020 verzeichnet trotz Corona 1.200 Meldungen

Siegen. Außergewöhnliche Zeiten erfordern neue Ideen. So fand auch in diesem Jahr in Siegen ein Frauenlauf statt, nur eben anders. Im Rahmen eines Pressetermins mit rund 50 Besucherinnen und Besuchern wurde auf dem Gelände des Ambulanten Zentrum Albertus Magnus (AZAM) der diesjährige Siegener Women's Run gestartet. „Wir waren sofort vom neuen Konzept des Kompetenzteams und von :anlauf überzeugt und haben uns gerne konkret eingebracht; die Veranstaltung ist für viele Frauen in der Region wichtig und das möchten wir weiter unterstützen," so Alexandra Netzer vom Hauptsponsor Marien Gesellschaft. Auf der Wiese vor dem AZAM hatte :anlauf den Start-Ziel-Bereich vom ursprünglichen Veranstaltungsort sieg-arena nachgebaut.

Um 15 Uhr gaben die Kooperationspartner, das Frauenkompetenzteam und Vertreter aus Politik und Verwaltung, u.a. Bürgermeister Steffen Mues, den symbolischen Startschuss. Mit über 1200 Meldungen gab es sogar einen neuen Teilnehmerinnenrekord. Seit Sonntag wird nun überall mit dem grünen Laufshirt der vergangenen Jahre und natürlich der obligatorischen Startnummer der eigene Women's Run absolviert, alleine oder in kleinen Gruppen.

Das Kompetenzteam freute sich über einen gelungen Start in die Frauenlaufwoche. *Foto: anlauf*

„Die Resonanz war überwältigend, unser Konzept wurde angenommen. Begeisterung hat die Pappkrone „Krönchen Queen", die den Startunterlagen beilag, ausgelöst, und die Fotowand am :anlauf-Büro wurde rege genutzt. Das freut uns natürlich, macht stolz und ist für die Zukunft motivierend. Wir möchten uns bei allen Frauen bedanken, die solidarisch waren und an der Veranstaltung teilgenommen haben," so Renate Hoffmann vom Kompetenzteam.

Ergebnisse können übrigens noch bis zum **20. September** abgegeben werden, die Veranstalterinnen planen für den Herbst sogar eine Siegerehrung und für das nächste Jahr wieder eine Veranstaltung unter normalen Bedingungen. Weitere Infos unter *www.siegener- womensrun.de*.

18.09. Siegener Zeitung

Lauf-Spaß für 1200 Frauen

SIEGEN Women's Run überzeugt mit virtuellem Konzept / Starts nicht nur in Deutschland / Kathi Schäfers die Schnellste

Kuriositäten in Corona-Zeiten: Eine gebürtige Nürnbergerin nimmt in Australien an der Siegener Veranstaltung teil.

Der Siegener Women's Run steht vor allem für den Spaß am Laufen. Auch in diesem Jahr hatten sich die Frauen des TSV Oberfischbach etwas ganz Besonderes einfallen lassen. Sie grüßten mit ihrem Lauf „dat Ursel", Moderatorin des Laufs in den Vorjahren, natürlich ganz stilecht in Laufkleidung mit weißer Spitzenbluse, Strickjäckchen, kariertem Rock und Stützstrümpfen. *Foto: Frank Steinseifer*

fst ■ Der Siegener Women's Run 2020 ließ sich auch durch die Corona-Pandemie nicht ausbremsen. Insgesamt 1200 Frauen, vorrangig im Siegerland, aber auch in ganz Deutschland, in England, Polen und sogar in Australien, haben an der Laufwoche vom 6. bis 13. September teilgenommen. Viele davon in Kleingruppen, zum Teil verkleidet, oftmals mit dem Papp-Krönchen auf dem Kopf, wie bei einem Karnevalslauf, auf jeden Fall aber mit viel Spaß. Wieder einmal zeigte sich: Frauen laufen anders.

Beim Siegener Women's Run zählten nicht die Ergebnisse, sondern vielmehr die Erlebnisse – und vor allem der Gesundheitsaspekt. Da zählt nun mal die sportliche Betätigung und nicht das Veranstaltungsformat. Das war in diesem Jahr „virtuell" – doch gelaufen wurde ja „in echt". Gute Stimmung, bestes Wetter – und auch das war etwas Besonderes: Fast alle Frauen haben ihren eigenen Women's Run auch mit der offiziellen Startnummer absolviert – lediglich 25 Nummern von 1200 sind am Ende nicht abgeholt worden.

> *Die Teilnahme der vielen Frauen und der Rückhalt bei den Sponsoren war auch ein solidarischer Akt, ein eindeutiges Bekenntnis zum Women's Run.*
>
> **Renate Hoffmann**
> (Mitglied des Organisationsteams)

Natürlich war in diesem Jahr alles anders, aber Krisenzeiten beinhalten ja auch immer die Chance auf etwas Neues. „Wir haben uns nicht entmutigen lassen und den Lauf in einem anderen Modus trotzdem auf die Beine gestellt. Nach einer tollen Eröffnungsveranstaltung bei unserem Partner Marien Gesellschaft hatten wir eine stimmungsvolle Frauenlaufwoche. Unser Fazit ist absolut positiv", freute sich Renate Hoffmann vom Kompetenzteam, das auch in diesem Jahr mit Unterstützung von :anlauf den Women's Run organisiert hatte. „Die Teilnahme der vielen Frauen und der Rückhalt bei den Sponsoren war auch ein solidarischer Akt, ein eindeutiges Bekenntnis zum Women's Run", so Hoffmann.

Der größte Teil absolvierte den Frauenlauf an der innerstädtischen Laufrunde an der „sieg-arena", die in diesem Jahr im Rahmen eines Kunstprojektes der Hauptschule Eichen farbenfroh gestaltet wurde. Auch vom täglichen Infostand mit großer Laufuhr an der Strecke sowie einer Laufschuhtestaktion vom Absolute Run Store Siegen waren viele Frauen begeistert.

Wie wichtig den sportbegeisterten Frauen eine Teilnahme gerade im Corona-Jahr war zeigen einige Beispiele: So absolvierte die Rhönrad-Gruppe der TG Friesen Klafeld-Geisweid auf der Laufstrecke an der Eintracht, natürlich mit Sportgerät und Ghettoblaster, aus dem Schlager für ordentlich Stimmung sorgten, gemeinsam die 2,2-Kilometer-Runde.

Die Frauen vom Altenheim Azurit aus Birken-Honigsessen reisten nach ihrer Frühschicht an die 35 Kilometer entfernte sieg-arena, um zwei Runden, sprich 4,4 Kilometer gemeinsam zu walken – auch die Frauen der freiwilligen Feuerwehr Eiserfeld hatten sichtlichen Spaß auf der Strecke.

Die meisten Starterinnen kamen von der Hauptschule Eichen (60), der Marien Gesellschaft Siegen (31) dem ASC Weißbachtal (30), dem Lauftreff Inklusive Begegnung (26) und dem Zonta Club Siegen (25). Gelaufen wurde nicht nur in Siegen, auch in Dillenburg, Frankfurt am Main, in Fulda, Gießen und Köln schnürten zahlreiche Frauen die Laufschuhe. Gelaufen wurde zudem in den Partnerstädten Plauen, Berlin-Spandau, London, Leeds-Morley und Zakopane.

Der Ruf des Siegener Women's Run reichte in diesem Jahr sogar bis ans andere Ende der Welt. Die gebürtige Nürnbergerin Kahli Adam lebt in Australien und war auf der Suche nach einem schönen virtuellen Lauf. „Ich hatte ein wenig Heimweh und so wollte ich ganz gezielt an einem Lauf in Deutschland teilnehmen. Dann bin ich im Internet auf den Frauenlauf in Siegen gestoßen, habe mich angemeldet und bin mitgelaufen."

Es gab natürlich auch wieder einige Spitzenläuferinnen aus der Region, die auf der Jagd nach dem „Krönchen" in den Wettstreit um die schnellste Läuferin traten. Fast schon erwartungsgemäß war die Niederscheldenerin Kathi Schäfers (:anlauf Kurse & Training) über die 6,6 Kilometer auf der Originalstrecke an der sieg-arena die Siegerin in 26:01 Minuten. Auf Platz 2 folgte Davina Bohn vom TuS Deuz mit einer Zeit von 28:42 Minuten.

26.10. Siegener Zeitung

3000-Euro-Spende nach Women's Run

Mit einer Spendenübergabe wurde jetzt der 3. Siegener Women's Run endgültig abgeschlossen. Freudig übergaben die Frauen des Kompetenzteams die symbolischen Schecks über jeweils 1000 Euro an drei soziale Projekte. Insgesamt 1800 Euro wurden dabei von den Teilnehmerinnen bei der Anmeldung gespendet, :anlauf erhöhte den Betrag auf 3000 Euro. „Das Engagement von :anlauf versteht sich auch als Dankeschön an die Sponsoren und den Einsatz des Women's Run Kompetenzteams. :anlauf hat sicherlich mit der Umsetzung des neuen Konzeptes viel Arbeit gehabt, aber ohne den Vertrauensvorschuss von den Sponsoren und der ehrenamtlichen Arbeit des Kompetenzteams wäre in diesem Jahr im wahrsten Sinne gar nichts gelaufen", so Renate Hoffmann vom Kompetenzteam. Über die Spenden freuten sich der Verein Frauen helfen Frauen e.V. aus Siegen, das Lauftreff Inklusive Begegnungen und das Samos Volunteers Alpha Centre, ein internationales Projekt zur Unterstützung von geflüchteten Frauen und Kindern auf der griechischen Insel Samos. Der Termin für die vierte Auflage des Women's Run steht bereits fest. Am Sonntag, 5. September 2021, soll an der sieg-arena gelaufen werden. Foto: anlauf

19.10.
WR

3000 Euro für soziale Projekte gespendet

Frauenlauf ist auch 2020 trotz ungewöhnlicher Umstände mehr als eine Sportveranstaltung

Siegen. Mit einer Spendenübergabe ist der 3. Siegener Women's Run abgeschlossen. Die Frauen des Kompetenzteams übergaben die symbolischen Schecks an die Vertreterinnen der drei Projekte. Vom 6. bis 13. September absolvierten mehr als 1200 Frauen an verschiedenen Orten ihren eigenen Women's Run. Obwohl in diesem Jahr alles anders war, aber letztlich die Veranstaltung einen erfolgreichen Verlauf genommen hat, ist :anlauf als Veranstalter bei der Idee geblieben, 3 x 1000 Euro an soziale Projekte zu spenden. 1800 Euro wurden von den Teilnehmerinnen bei der Anmeldung gespendet, :anlauf hat den Betrag auf 3000 Euro erhöht.

Lob für das Kompetenzteam

„Das Engagement von :anlauf versteht sich auch als Dankeschön an die Sponsoren und den Einsatz des Kompetenzteams. :anlauf hat mit der Umsetzung des neuen Konzepts viel Arbeit gehabt, aber ohne den Vertrauensvorschuss von den Sponsoren und der ehrenamtlichen Arbeit des Kompetenzteams wäre im wahrsten Sinne gar nichts gelaufen", so Renate Hoffmann von :anlauf und dem Kompetenzteam.

Folgende Projekte werden mit jeweils 1000 Euro gefördert. Der Verein „Frauen helfen Frauen" aus Siegen möchte das Geld für die Öffentlichkeitsarbeit verwenden. In Trägerschaft des Vereins wird mit dem Frauenhaus, der Frauenberatungsstelle und der Fachstelle Sexualisierte Gewalt ein umfangreiches und wichtiges Angebot für die psychosoziale Versorgung in der Region bereitgestellt. Beim „Lauftreff Inklusive Begegnungen" treffen sich Menschen mit und ohne Behinderung, um gemeinsam zu laufen und bei Laufveranstaltungen zu starten.

Scheckübergabe vor dem :anlauf-Büro: Das Women's Run-Kompetenzteam und (von links) Doris und Madita Waffenschmidt (Lauftreff Inklusive Begegnungen), Lavinia Frank (Projekt Samos Volunteers) sowie Ingrid Kurzeja (Verein Frauen helfen Frauen Siegen). FOTO: FRANK STEINSEIFER

Geschützter Bereich für Frauen

„Samos Volunteers Alpha Centre" ist ein internationales Projekt. Im Flüchtlingscamp auf der griechischen Insel Samos leben mehr als 6000 Menschen, darunter sind 50 Prozent Frauen und Kinder. Im Alpha-Center gibt es einen geschützten Bereich für Frauen und ihre Kinder, in dem für die Frauen beispielsweise Nähmaschinen zur Verfügung stehen, Kunstworkshops umgesetzt werden und für die Kinder Lernspiele, singen oder basteln angeboten wird.

Siegener Women's Run
Gepostet von Silas Irle [?] · 24. Juli 2020 ·

Der 3. Siegener Women' Run 2020 findet statt!

Veranstalter und Sponsoren laden zur kostenlosen Teilnahme ein

Der Start zum 3. Siegener Women's Run, am 6. September, ist gleichzeitig die Eröffnung der Frauenlaufwoche. Gelaufen werden kann bis zum 13. September rund um die Uhr an jedem Ort. ... Mehr ansehen

Mehr „Gefällt mir"-Angaben, Kommentare und geteilte Inhalte
Wenn du diesen Beitrag bewirbst, wird er mehr Personen angezeigt.

2.240	377	Beitrag bewerben
Erreichte Personen	Interaktionen	

36 2 Kommentare 10 Mal geteilt

Siegener Women's Run
Gepostet von Martin Hoffmann [?] · 6. September 2020 ·

3. Siegener Women's Run 2020 gestartet

Um 15 Uhr gingen die Frauen des Kompetenzteams und ein paar weitere Unterstützerinnen auf die Strecke und eröffneten damit den diesjährigen Frauenlauf. Auf dem Gelände der Mariengesellschaft wurde der symbolische Startschuss gegeben. Bis zum 13.9. können nun Frauen überall und zu jeder Tageszeit ihren eigenen Women's Run absolvieren. Über 1.200 Meldungen liegen bereits vor, Nachmeldungen sind noch möglich. Von Montag bis Freitag 17 bis 20 Uhr gibt es auch einen Infostand mit Uhr an der sieg-arena. Wir freuen uns auf eine tolle Woche.

Mehr „Gefällt mir"-Angaben, Kommentare und geteilte Inhalte
Wenn du diesen Beitrag bewirbst, wird er mehr Personen angezeigt.

1.711	165	Beitrag bewerben
Erreichte Personen	Interaktionen	

Großes Kino!
Richtig viel los war gestern Abend an der sieg-arena. Dutzende von Frauen liefen ihren eigenen Women's Run, u.a. die Frauen der Feuerwehr Eiserfeld. Highlight war der Start der Rhönrad-Gruppe von der TG Friesen Klafeld-Geisweid, die mit ihrem Sportgerät und Schlager aus dem Ghettoblaster die 2,2km Runde absolvierten. Danke für euer Engagement, das war super!

Mehr „Gefällt mir"-Angaben, Kommentare und geteilte Inhalte
Wenn du diesen Beitrag bewirbst, wird er mehr Personen angezeigt.

1.969	337	Beitrag bewerben
Erreichte Personen	Interaktionen	

Seitenabonnenten insgesamt: 431

siegener.womensrun

siegener.womensrun Startschuss 3. Siegener Women's Run

Der Startschuss zum 3. Siegener Women's wurde am Sonntag, den 06. September, auf dem Gelände der #Mariengesellschaft gegeben.

Einige eingeladene Gäste haben den symbolischen Start zur dritten Auflage der Veranstaltung und in die internationale #Frauenlaufwoche gefeiert.

Das Video ist auch auf Youtube zu finden und kann gerne geteilt werden. Link ➡ Bio

#womensrunsiegen2020 #womensrun

203 Aufrufe

7. SEPTEMBER 2020

SO., 06.09.2020
Anmeldung - 3. Siegener Women's Run
siegener-womensrun.de
Tickets

4.127	433	Erneut bewerben
Erreichte Personen	Interaktionen	

siegener.womensrun • Abonnieren
Anlauf-Büro

siegener.womensrun 3.000,-€
Spenden für drei soziale Projekte

Mit einer Spendenübergabe wurde der 3. Siegener Women's Run abgeschlossen. Auch weil in diesem Jahr alles anders war, aber letztlich die Veranstaltung einen erfolgreichen Verlauf genommen hat, ist :anlauf als Veranstalter bei der ursprünglichen Idee geblieben, 3 x 1.000,- an soziale

Gefällt 40 Mal

28. OKTOBER 2020

LAUFEN57
Das regionale Laufportal

3. Siegener Women's Run 2020 – sogar in Australien wurde gelaufen

Gepostet am 19. September 2020 von Frank Steinseifer

Siegen. Der Siegener Women's Run 2020 ließ sich auch durch die Corona-Pandemie nicht ausbremsen. Insgesamt 1200 Frauen, vorrangig im Siegerland, aber auch in ganz Deutschland, in England, Polen und sogar […]

MEHR ANZEIGEN

1100 Krönchen-Queens beim Siegener Women's Run am Start

Gepostet am 8. September 2020 von Frank Steinseifer

Siegen. Auch wenn die Vorbereitungen viele Ideen und Organisationsarbeit erforderten – auch in Corona-Zeiten wird der Siegener Women's Run ausgetragen. In diesem Jahr natürlich mit einem völlig neuen Veranstaltungskonzept, doch […]

MEHR ANZEIGEN

Siegener Women's Run jetzt auch in China, Israel, Großbritannien

Gepostet am 21. August 2020 von Frank Steinseifer

Siegen. Die Corona-Pandemie zwingt Organisatoren von (Lauf-) Sportveranstaltungen immer wieder zu kreativen Lösungen und alternativen Konzepten. Dass in der Krise auch die Chance steckt, neue Veranstaltungsformate zu etablieren, wollen nun […]

MEHR ANZEIGEN

Gleichstellungsbeauftragte von Kreis und Stadt unterstützen diesjährigen Siegener Frauenlauf

21. August 2020

(wS/red) Siegen 21.08.2020 | Die Frauen stärken Die Gleichstellungsbeauftragen vom Kreis Siegen-Wittgenstein und der Stadt Siegen Martina Böttcher und Martina Kratzel engagieren sich auch in diesem Jahr für den Siegener Frauenlauf. „Der Siegener Women's Run ist in den vergangenen Jahren mit jeweils 1.000 Teilnehmerinnen bereits eine erfolgreiche Veranstaltung von Frauen für Frauen gewesen. Das neue Konzept des dezentralen Laufens mit ...

Weiterlesen »

Siegener Women's Run 2020 mit Rekordbeteiligung

9. September 2020

(wS/an) Siegen 09.09.2020 | Außergewöhnliche Zeiten erfordern neue Ideen. So fand auch in diesem Jahr in Siegen ein Frauenlauf statt, nur eben anders. Im Rahmen eines Pressetermins mit rund 50 Besucherinnen und Besuchern wurde am letzten Sonntag auf dem Gelände des Ambulanten Zentrum Albertus Magnus (AZAM) der diesjährige Siegener Women's Run gestartet. „Wir waren sofort vom neuen Konzept des Kompetenzteams ...

Weiterlesen »

10-08-2020: 3. Siegener Women's Run in diesem Jahr international

12. August 2020

(wS/red) Siegen 12.08.2020 | Der 3. Siegener Women's Run in diesem Jahr international Siegens Frauenlauf heißt Women's Run und der Anglizismus hat in den letzten zwei Jahren zu der ein oder anderen Kritik geführt. Nun zeigt sich, dass :anlauf und das 10 köpfige Kompetenzteam mit dem englischen Veranstaltungsnamen aber zukunftsweisend gedacht haben. Die dritte Auflage des Siegener Women's Run findet ...

Weiterlesen »

expressi
nachrichten-portal

Siegener Women's Run 2020 mit Rekordbeteiligung

11. September 2020 von :anlauf 0

Außergewöhnliche Zeiten erfordern neue Ideen. So fand auch in diesem Jahr in Siegen ein Frauenlauf statt, nur eben anders. Im Rahmen eines Pressetermins mit rund 50 Besucherinnen und Besuchern wurde...

MEHR LESEN

Der 3. Siegener Women' Run 2020 findet statt!

27. Juli 2020 von :anlauf 0

Veranstalter und Sponsoren laden zur kostenlosen Teilnahme ein Für den 6. September ist die dritte Ausgabe des Siegener Frauenlaufs terminiert. Doch in diesem Jahr ist bekanntlich alles anders. Sportveranstaltungen sind...

MEHR LESEN