

# 4. Siegener WOMEN'S RUN

5. September 2021  
Siegen | sieg-arena

powered by:



Marien  
Gesellschaft  
Siegen



[www.siegener-womensrun.de](http://www.siegener-womensrun.de)

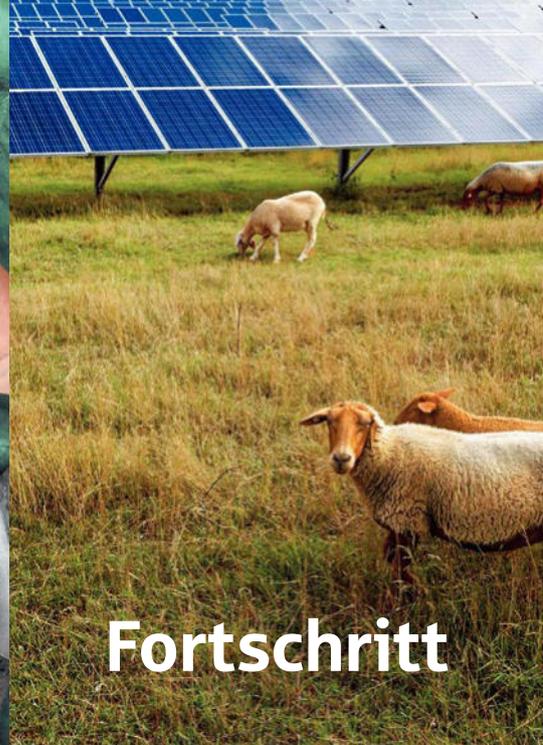




Zuversicht



Chancen



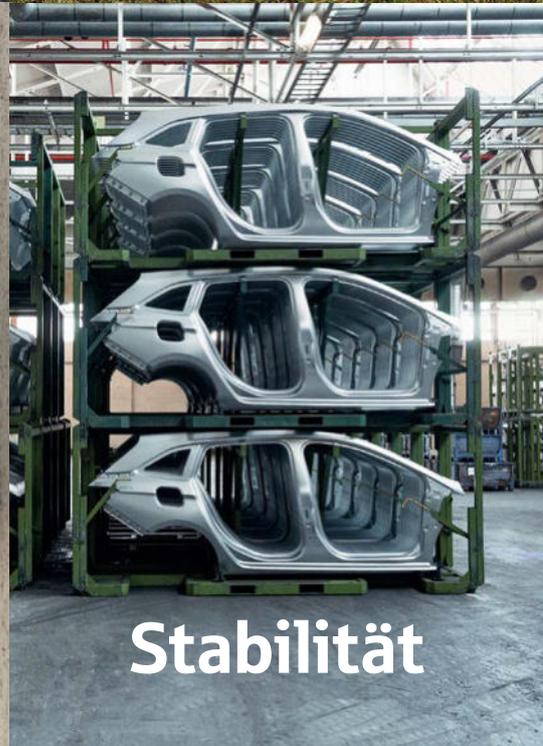
Fortschritt



Freiraum



Miteinander



Stabilität

**Weil's um  
mehr als  
Geld geht.**

Seit unserer Gründung prägt ein Prinzip unser Handeln: Wir machen uns stark für das, was wirklich zählt. Für eine Gesellschaft mit Chancen für alle. Für eine ressourcenschonende Zukunft. Für die Region, in der wir zu Hause sind.  
[sparkasse-siegen.de](http://sparkasse-siegen.de)



Sparkasse  
Siegen

# Liebe Läuferinnen, liebe Freundinnen, liebe Frauen!

Als wir im Frühjahr mit den Planungen für den diesjährigen Women's Run begannen, hatten wir die Hoffnung, die Veranstaltung am 5. September im Format der ersten zwei Frauenläufe an der sieg-arena durchführen zu können. Wie wir alle wissen, waren jedoch auch die letzten Wochen sehr von der Corona-Pandemie geprägt. Wir waren uns aber einig darin, dass ein Women's Run stattfinden wird. Allerdings mussten wir immer wieder neu überlegen, wie eine Veranstaltung sicher und dem Eventcharakter entsprechend umsetzbar sein würde. In erster Linie soll der Siegener Women's Run ein schöner Tag für alle Beteiligten sein, nicht der Wettkampf steht im Mittelpunkt, vielmehr geht es darum, mit anderen Frauen gemeinsam zu verbringen.

Vor zwei Monaten haben wir uns dazu entschlossen, einen Frauenlauftag an der sieg-arena anzubieten. Eine richtige Entscheidung, wie wir meinen. Das Veranstaltungsgelände wird so aussehen, wie es viele von euch kennen. Präsentiert wird eine Bühne mit ganztägiger Moderation, Musik und Fotowand, sodass der 4. Siegener Women's Run atmosphärisch das bekannte Event-Feeling erhält. Es gibt jedoch keine festen Startzeiten. Von 10 bis 16 Uhr können die Teilnehmerinnen alleine oder in Kleingruppen, als Verein oder Laufteam, an den Start gehen und bekommen natürlich auch ihre Zeit gemessen. Aufgrund der aktuellen Coronaschutzverordnung gibt es keine Vorgaben und weitere Einschränkungen für die Teilnehmerinnen und Besucher:innen. Die üblichen AHA-Regeln im öffentlichen Raum gelten aber selbstverständlich auch an der sieg-arena.

Nach dem sehr positiven Feedback auf den letztjährigen Women's Run bieten wir zudem noch einen sieg-arena unabhängigen Frauenlauf (Women's Run - Überall) an. Wer nicht am 5.9. an der sieg-arena laufen und walken kann oder will, aber Teil der Siegener Women's Run Gemeinschaft sein möchte, ist herzlich zur Teilnahme eingeladen. Es freut uns auch sehr, dass wir zu unserer Initiative „run together“ bereits Rückmeldungen zur Teilnahme von Frauen aus den Partnerstädten und Gemeinden des Kreises Siegen-Wittgenstein erhalten haben.

Wir wünschen euch allen viel Spaß beim diesjährigen besonderen Women's Run. Gemeinsam werden wir auch durch dieses schwierige Jahr kommen und im September 2022 hoffentlich ein kleines Jubiläum mit einem großen Fest an der sieg-arena feiern.

## Euer Women's Run Kompetenzteam



# Das Kompetenzteam

Der Siegener Women's Run ist eine Veranstaltung von Frauen für Frauen.

Das Women's Run Kompetenzteam legt die Inhalte des Siegener Frauenlaufs fest, bringt Ideen ein und unterstützt :anlauf als Veranstalter.



**Rosa Baum, Studentin**

*Ich habe im Vorfeld Influencerinnen und engagierte Frauen auf Facebook und Instagram angesprochen. Durchweg war die Resonanz positiv und es liegen uns einige Anmeldungen aus der ganzen Republik vor. Es ist natürlich klasse, dass der Siegener Women's Run gerade auch in Social Media gut angekommen ist.*



**Ulla Baum, Sozialarbeiterin bei der Stadt Siegen**

*Ich freue mich jedes Jahr aufs Neue über den Women's Run. Gerade in Zeiten, in denen Frauen in vielen Bereichen zurückgedrängt werden, bzw. weltweit die Gewalt gegen Frauen zunimmt, ist es schön, dass sich dicke, dünne, schnelle und nicht so schnelle Frauen zusammentun und viel Spaß haben. Im Besonderen freut mich, dass wir Frauen in Siegen mit dem diesjährigen Motto „Run Together“ weltweite Solidarität hochleben lassen.*



**Petra Gahr, Mitarbeiterin der Personalentwicklung in der Mariengesellschaft**

*Bei der Verteilung der Flyer und Plakate konnte ich in unserem Unternehmen und in Geschäften bei vielen Frauen die Freude erkennen, dass es auch in diesem Jahr trotz Corona einen Women's Run gibt. Wir haben auf die Entwicklungen reagiert und uns nicht ausbremsen lassen. Das alleine ist schon ein starkes Zeichen von uns Frauen.*



**Renate Hoffmann, :anlauf-Gründerin und Schulsozialarbeiterin**

*Dieses Jahr bin ich ebenso stolz wie letztes Jahr, da wir bereits die vierte Laufveranstaltung von Frauen für Frauen in dieser Größenordnung auf die Beine stellen, die mehr ist als ein Sportevent für Frauen ist und sich solch großer Beliebtheit und Teilnehmerinnenzahl erfreut. Das Anliegen des diesjährigen Siegener Women's Run „Run together“ bedeutet: Zusammenstehen, in Verbindung sein und zusammenlaufen mit Frauen - in Siegen und überall auf der Welt.*



## Mitglied werden, Gesundheitsbudget erhalten

Für ein strahlend sauberes Lächeln: Wir übernehmen bei professionellen Zahnreinigungen bis zu zwei Behandlungen im Kalenderjahr in Höhe von bis zu je 50 EUR.



Jetzt zur **AOK NordWest** wechseln!

[aok.de/nw/manuela-frettloeh](https://aok.de/nw/manuela-frettloeh)

# Das Kompetenzteam



**Gudrun Kobalz, aktive Ruheständlerin**

*Ich engagiere mich gerne beim Siegener Women's Run, auch wenn ich aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr laufen kann. Daher möchte ich, mit Stöcken gehend andere Frauen motivieren sich auch in langsamem Tempo zu bewegen. Wir wollen auch zeigen, dass es um jede Form von Bewegung geht, da Gesundheitssport vielfältig ist. Schön, wenn sich Frauen durch unsere Veranstaltung motiviert fühlen und teilnehmen.*



**Alexandra Netzer, Mitarbeiterin im Marketing der Marien Gesellschaft Siegen**

*Jedes Jahr habe ich Freude daran, die Gestaltung der Flyer, Plakate und des Shirts zu übernehmen, um damit auch das Engagement der Marien Gesellschaft für diese wichtige Veranstaltung hervorzuheben. Angenehm ist auch die Zusammenarbeit mit dem :anlauf-Büro.*



**Ilka Kaltschmidt, Ärztin in den Marien-Kliniken**

*Gerade in Zeiten der Corona-Pandemie ist und bleibt Bewegung an der frischen Luft wichtiger denn je. Es stärkt das Immunsystem und hebt die Stimmung. Umso mehr freue ich mich, dass wir auch in diesem Jahr eine solch tolle Laufveranstaltung anbieten können. Egal ob am Sonntag in der sieg-arena oder virtuell: Der Siegener Women's Run vereint uns auf der ganzen Welt!*



**Vanessa Oster, Studentin und Auszubildende beim Kreis Siegen-Wittgenstein**

*Die Vorbereitungsphase war geprägt von einigen Zoom-Meetings mit dem Kompetenzteam. Trotz der schwierigen Zeit haben wir die meisten Pläne umsetzen können. Es freut mich auch sehr, dass der Kreis Siegen-Wittgenstein unsere Initiative unterstützt, die Frauen in den Partnerstädten zur Teilnahme zu motivieren.*



**Marlene Stettner, Rentnerin, die Älteste im Kompetenzteam**

*Wir alle wünschen uns Normalität und wieder einen großen Frauenlauf wie 2019. Leider ist das in diesem Jahr noch nicht möglich. Umso mehr freue ich mich, dass wir es geschafft haben, mit dem Frauenlauftag und der Laufwoche für Frauen jeden Alters eine schöne Alternative anbieten zu können.*



# LEIDENSCHAFT WILLE ERFOLG

Ihre **Leidenschaft** zum Sport und  
unsere **Leidenschaft** zum Automobil.

Ihr **Wille** eigene Ziele zu erreichen und unser **Wille**  
die Erwartungen unserer Kunden zu übertreffen.

Wir wünschen allen viel **Erfolg!**

**WALTER  
SCHNEIDER**   
IHR AUTOHAUS. SEIT 1958



57MOBIL 

**TEAM**  
SIEGEN-WEIDENAU

**TEAM**  
KREUZTAL-FERNDORF

**TEAM**  
SIEGEN-FLUDERSBACH

**TEAM**  
SIEGEN-SEELBACH

**TEAM**  
AUDI ZENTRUM SIEGEN

 **BESUCHEN SIE UNS**  
WALTERSCHNEIDERSIEGEN

**Veranstalter** :anlauf Siegen

**Wann** Sonntag, 05. September 2021 von 10 Uhr bis 16 Uhr  
& Internationale Frauenlaufwoche bis zum 11. September 2021

**Wo** An Siegens beliebter Laufstrecke „sieg-arena“ im Stumme-Loch-Weg  
Internationale Frauenlaufwoche: Überall

## Wer kann an den Start gehen

Der Siegener Women's Run richtet sich an Frauen, die entweder allein oder gemeinsam mit ihren Müttern, Töchtern, Freundinnen, Arbeitskolleginnen und Nachbarinnen im Team laufen möchten. Frauen jeden Alters können bei uns an den Start gehen. Auch dieses Jahr ist der Siegener Women's Run Teil der Kampagne „Wir machen mit. Inklusion läuft!“, Frauen mit Beeinträchtigungen sind herzlich zur Teilnahme eingeladen.

## Motto „run together. Frauen laufen gemeinsam“

Mit Unterstützung des Kreises Siegen-Wittgenstein möchten wir mit kreativen Ideen, auch unter erschwerten Bedingungen der Corona-Pandemie, Frauen aus den hiesigen Partnerstädten motivieren, an unserer Veranstaltung teilzunehmen.

## Das beinhaltet die Anmeldung zur Teilnahme

- einen unvergesslichen Tag mit deiner Freundin, Tochter oder Kollegin und vielen anderen Frauen
- Bei einer Meldung bis zum 23. August eine personalisierte Startnummer in den Startunterlagen
- Gratis Finisher-Krone im 2021-Design
- Kleines Starterpaket mit Goodies
- Urkunde zum Selbstaussdrucken
- Veranstaltungsbroschüre
- Fotos vom Lauf und der Women's Run Fotowand inklusive Download aus der Online-Galerie
- Sonderwertungen und Preise

## run together Finishershirt

Das exklusive Veranstaltungshirt „run together“ war bis zum 12. August Bestandteil der Anmeldung. Finishershirts können noch für 15€ nachbestellt werden. Bitte bei Abholung der Startunterlagen Bescheid geben oder per Mail: [info@siegener-womensrun.de](mailto:info@siegener-womensrun.de)

## Abholung der Startunterlagen

Die Startunterlagen können an folgenden Tagen im :anlauf-Büro Bahnhof Eintracht, Eiserfelder Str. 8, abgeholt werden:

- Donnerstag, 2.9. von 14 bis 18 Uhr
- Freitag, 3.9. von 14 bis 18 Uhr
- Samstag, 4.9. von 10 bis 14 Uhr

Endlich ist es wieder so weit!

Das Team von Ochel Consulting  
wünscht allen Teilnehmerinnen des

## 4. Siegener Women's Run

viel Spaß, einen guten Lauf und  
viel Erfolg im Job!

PERSÖNLICHKEITEN  
FINDEN + BINDEN

 Ochel Consulting



[www.ochel-consulting.de](http://www.ochel-consulting.de)



Das Team von Ochel Consulting beim 3. Siegener Women's Run im letzten Jahr.

# **PERSÖNLICHE BERATUNG** **DIE ABSOLUTE AUSDAUER HAT.** Seit über 35 Jahren für Euch da.



**JETZT  
AUCH IN  
SIEGEN**

 **AUSDAUER**

Wilhelmstr. 16 • 57518 Betzdorf

[www.ausdauer-shop.de](http://www.ausdauer-shop.de)



 **ABSOLUTERUN**  
 **AUSDAUER**

Koblenzer Str. 40 • 57072 Siegen

# Fotos 3. Siegerer Women's Run 2020





**Wir wünschen den Teilnehmerinnen des 4. Siegener Women's Run einen erfolgreichen Lauf und jede Menge Spaß!**

Wenn Sie wollen, dass Ihr nächstes Bauprojekt ein Erfolg wird, holen Sie uns ins Team. Als Partner für unsere Kunden aus Gewerbe und Industrie realisieren wir schlüsselfertige Gebäude, Hallen, Maschinenfundamente, Straßen, Plätze und Gleise oder was Sie benötigen. Rufen Sie uns einfach an!

W. Hundhausen Bauunternehmung GmbH  
Bäckerstr. 4 · 57076 Siegen  
Telefon: (0271) 408-0  
[www.hundhausen.de](http://www.hundhausen.de)



**HUNDHAUSEN**

Planung · Schlüsselfertigbau · Hoch- und Ingenieurbau · Straßen- und Tiefbau  
Spezialtiefbau · Stahlbeton-Fertigteile · Gleisbau · Wasserbau und Hochwasserschutz

# Der 4. Siegener Women's Run ist international

run together beim Siegener Women's Run 2021

Gemeinsam Laufen und Spaß haben beim Siegener Frauenlauf am 5.9.2021

Der Kreis Siegen-Wittgenstein und die Städte und Gemeinden im Kreis unterhalten Partnerschaften zu verschiedenen Kommunen in Deutschland, Europa, Asien und im Nahen Osten. Die Partnerschaften sind in verschiedenen Zeiten und vor unterschiedlichen Hintergründen entstanden. Sie ermöglichen den Menschen, die Partnerregionen kennenzulernen und auf diese Weise Freundschaften wachsen zu lassen, die von Verständnis und Vertrauen geprägt sind. Die Partnerschaften haben eine Symbolfunktion: Menschen sollen ermutigt werden, sich füreinander zu interessieren und sich in schwierigen Zeiten beizustehen. Mit dem Siegener Women's Run wollen wir zeigen, dass mit kreativen und innovativen Ideen, auch unter den erschwerten Bedingungen der Corona-Pandemie der Kontakt unter Partnerstädten aufrecht erhalten werden kann.

Vor zwei Monaten haben wir Informationen zur Teilnahme am Siegener Women's Run in die weite Welt verschickt. Über die Kontakte in den dortigen Verwaltungen wurden die Einladungen an die Vereine und Lauftreffs weitergeleitet. Von einigen Partnerstädten und -gemeinden liegen uns Anmeldungen vor. Wie viele Frauen konkret an der internationalen Frauenlaufwoche vom 5. bis 11. September teilnehmen werden, wissen wir nicht, aber die Resonanz zeigt, dass der Siegener Women's Run international geworden ist. Das freut uns sehr.



 Siegen-Wittgenstein  
in Südwestfalen



[www.siegener-womensrun.de/international](http://www.siegener-womensrun.de/international)

# „run together“ mit unseren Partnerstädten

## Kreis Siegen-Wittgenstein

### Berlin-Spandau (seit 1952)

Den Kreis Siegen-Wittgenstein und den Bezirk Berlin-Spandau verbindet die auf beiden Seiten älteste Partnerschaft miteinander. Seit 1952 gibt es offizielle Beziehungen, ebenfalls ist Spandau Siegens älteste Partnerstadt. 2002 wurde das 50-jährige Bestehen dieser Verbindung mit einem umfangreichen Festprogramm gefeiert. Der Erfolg dieser Verbindung zeigt sich nicht zuletzt in der herzlichen Freundschaft, die sich mit der Zeit zwischen vielen Menschen in Siegen-Wittgenstein und Spandau entwickelt hat. **Bekannte Sportlerinnen:** Annika Schleu (Moderner 5-Kampf), Nora Peuser (Rudern), Nina Meinke (Boxen)



### Emek Hefer (Israel) (seit 1973)

Die beiden Kreise Siegen-Wittgenstein und Emek Hefer verbindet die bundesweit älteste Partnerschaft zwischen einer deutschen und einer israelischen Kommune. Offiziell besteht diese Partnerschaft seit 1973, doch bereits seit 1966 findet ein reger Jugend- und Erwachsenenenaustausch statt. Die jährlich stattfindenden Begegnungen werden auf Siegen-Wittgensteiner Seite durch die Gesellschaft für Christlich-Jüdische Zusammenarbeit Siegerland e.V. und den Kreisjugendring organisiert. Zudem finden regelmäßige Besuche offizieller Delegationen aus beiden Kreisen statt.

### Deyang (China) (seit 1996)

Den Kreis Siegen-Wittgenstein und die Stadt Deyang in der Provinz Sichuan (China) verbindet eine langjährige Freundschaft. Offiziell besteht die Partnerschaft seit 1996. Die Beziehungen entstanden jedoch schon im Jahr 1988 durch die Gesellschaft für Deutsch-Chinesische Freundschaft e.V. (GDCF) und den örtlichen Freundschaftsgesellschaften der Stadt Deyang. Die jährlichen Jugend-Austausche werden von der GDCF organisiert. Zudem finden regelmäßige Besuche offizieller Delegationen sowohl aus dem Kreis Siegen-Wittgenstein als auch der erst 1983 gegründeten Stadt Deyang statt.

### Havelland (seit 2015)

Der Berliner Bezirk Spandau – Partnerstadt von Siegen-Wittgenstein hatte schon vor dem Mauerfall partnerschaftliche Verbindungen zur Stadt Nauen im DDR-Bezirk Potsdam. Nach der Wende wurde der Kreis Nauen gebildet. Zwischenzeitlich ist der Kreis Nauen nach einer Kreisreform im heutigen Kreis Havelland aufgegangen. Am 20. Oktober 2015 haben im Konventsaal des Stiftes Keppel (Hilchenbach-Allenbach) die Landräte Andreas Müller (Siegen-Wittgenstein) und Dr. Burkhard Schröder (Landkreis Havelland) Freundschaftsurkunden unterzeichnet und ausgetauscht. **Bekannte Sportlerinnen:** Jutta Lau: ehem. Ruder-Olympiasiegerin und -Weltmeisterin; Leichtathletin Janne Engeleiter tritt am 31.8.21 bei den Paralympics in Tokio an und holte 2021 EM-Bronze über 100m.

### London Borough of Barnet (Großbritannien) (seit 2019)

Den Kreis Siegen-Wittgenstein und die Kommune London Borough of Barnet verbinden seit 1951 Beziehungen. Der Erfolg dieser Verbindung zeigt sich nicht zuletzt in der herzlichen Freundschaft, die sich mit der Zeit zwischen vielen jungen Menschen in Siegen-Wittgenstein und Barnet, aber auch auf Seiten der Mitglieder der Freundesvereine entwickelt hat. Partnerschaftsurkunden wurden offiziell nicht ausgetauscht, doch haben sich im Laufe der Zeit Beziehungen entwickelt, die als echte partnerschaftliche Beziehung von beiden Seiten eingestuft und bewertet werden.

**Berühmte Persönlichkeit:** Amy Winehouse (1983-2011), Sängerin



# „run together“ mit unseren Partnerstädten

## Stadt Siegen



### **Partnerstadt Katwijk (Niederlande) (ab 2006)**

Fortsetzung der Partnerschaft Rijnsburg (Niederlande) (seit 1963)

Katwijk heißt seit 01.01.2006 die neue Partnerstadt Siegens in den Niederlanden.

Aufgrund einer kommunalen Gebietsreform schlossen sich die bisher selbstständigen Gemeinden Rijnsburg, Valkenbourg und Katwijk zu einer 61.000 Einwohner zählenden Stadt zusammen. Die seit 1963 bestehende, in vielen Beziehungen zwischen Vereinen, Verbänden, Feuerwehr und kirchlichen Gruppen gelebte Partnerschaft mit der Gemeinde Rijnsburg wird von der neu gebildeten Stadt Katwijk fortgesetzt. Einen entsprechenden Beschluss hatten die drei Vorgängergemeinden im Sommer 2005 gefasst.

**Berühmte Persönlichkeit:** Charley Toorop (1891–1955), Malerin

### **Partnerstadt Leeds Morley (Großbritannien) (seit 1966)**

Am 16. Juli 1966 wurde zwischen der Stadt Siegen und der Stadt Morley, heutiger Stadtteil von Leeds, die Partnerschaftsurkunde unterzeichnet. Schon 1951 fuhren erste Jugendgruppen aus Siegen nach Morley. Vorrangige Aufgabe dieser Begegnungen war es, durch den Aufenthalt in englischen Familien in jungen Menschen Verständnis für die Mentalität eines anderen Volkes zu wecken. Aus diesen Jugendbegegnungen entwickelte sich im Laufe der Jahre ein intensiver Schüleraustausch, der auch die Basis für die offizielle Partnerschaft zwischen beiden Städten darstellte. Diese Austauschbegegnungen werden bis zum heutigen Tage gepflegt. In beiden Städten haben sich Freundschaftskreise gebildet, die der Partnerschaft immer wieder neue Impulse verleihen. Begegnungen von Sportgruppen und kulturellen Vereinen runden die guten Verbindungen ab.

**Berühmte Persönlichkeit:** Melanie Brown/Mel B. (1975), Sängerin der Spice Girls

**Bekannt Sportlerin:** Katy Marchant (1993), Bahnradsport Olympiateilnehmerin

### **Partnerstadt Ypern (Belgien) (seit 1967)**

Die Beziehung zu Ypern ist eng mit der Geschichte Siegens als ehemals belgische Garnisonsstadt verknüpft. Erste Verbindungen entstanden über die 6. Lanciers, ein Panzergrenadier-Regiment, das im Jahre 1946 in Siegen stationiert wurde. Das Verhältnis zwischen den Bürgern Siegens und den Soldaten der belgischen Garnison war von Beginn an durch Verständigung und Achtung geprägt. So entwickelten sich eine Vielzahl von persönlichen Kontakten zu den Soldaten der 6. Lanciers, die schließlich zur Gründung der offiziellen Partnerschaft führten, die am 21. Mai 1967 durch die Unterzeichnung der Partnerschaftsurkunde besiegelt wurde.

### **Partnerstadt Zakopane (Polen) (seit 1989)**

In den Jahren 1975 bis 1977 besuchten Jugendgruppen der Stadt Siegen verschiedene Landesteile Polens, um mit jungen Menschen Kontakt zu bekommen sowie Land und Leute und die Geschichte Polens kennen zu lernen. Erste Kontakte kamen 1978 auch mit Zakopane zustande. 1985, 1986 und 1987 folgten weiteren Begegnungen, die zu einer Intensivierung dieser Kontakte führten mit dem Ziel der Begründung einer Partnerschaft. Die Unterzeichnung der Partnerschaftsurkunde zwischen Siegen und Zakopane erfolgte am 21. April 1989. **Berühmte Persönlichkeiten:** Jolanta Peksa (Malerin), Zofia Fortecka (Malerin)

**Bekannt Sportlerinnen:** Miska Witowska (Bergläuferin), Barbara Zofia Grocholska-Kurkowiak, Olympiateilnehmerin Winterspiele 1952 und 1956

### **Partnerstadt Plauen (seit 1990)**

Nur wenige Wochen nach dem Fall der Mauer knüpfte die Stadt Siegen erste Kontakte zu Plauen, der Metropole des Vogtlandes. „Hilfe zur Selbsthilfe“ lautete das Motto, unter dem in dieser Phase des Umbruchs Rat und Verwaltung, Behörden, Verbände und Vereine, aber auch zahlreiche Privatunternehmen aus Siegen die Stadt Plauen beim Übergang zur kommunalen Selbstverwaltung und zur Marktwirtschaft unterstützten. Am 3. August 1990 wurde die Vereinbarung über die partnerschaftlichen Beziehungen zwischen beiden Städten unterzeichnet.

**Bekannt Persönlichkeiten und Sportlerinnen:** Angelika Bahmann, Olympiasiegerin im Kanuslalom 1972, Kornelia Grummt-Ender, 4-malige Olympiasiegerin im Schwimmen 1976

# Women's Run Inklusiv

Bereits seit vier Jahren wird die größte Breitensportveranstaltung in der Region, der Siegerländer AOK-Firmenlauf, barrierefrei durchgeführt. Zur Erinnerung: 2006 wurde von der UNO das Übereinkommen über die Rechte von Menschen mit Behinderungen verabschiedet, 2008 trat die Konvention in Kraft mit dem Ziel, allen Menschen die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben zu ermöglichen.

Bei :anlauf-Veranstaltungen gingen bereits vor 14 Jahren Menschen mit und ohne Behinderung gleichberechtigt an den Start. Auch beim Women's Run wird es Angebote im Sinne der Inklusion und Barrierefreiheit geben, die bisher bundesweit wohl einmalig sind.

Das von Aktion Mensch geförderte AWO-Projekt **Wir machen mit! Inklusion läuft.** ist auch in diesem beim Siegener Women's Run dabei! Mehr Infos dazu unter [www.wir-machen-mit.eu](http://www.wir-machen-mit.eu)

**Inklusion läuft!**

Ein Projekt von:



Kreisverband  
Siegen-Wittgenstein/Olpe

Gefördert durch die  
**AKTION  
MENSCH**



## Infos in leichter Sprache & Ausschreibung als Audio-Datei

Die **Ausschreibung in leichter Sprache** enthält die wichtigsten Infos rund um die Veranstaltung. Leichte Sprache ist eine speziell geregelte sprachliche Ausdrucksweise des Deutschen, die auf besonders leichte Verständlichkeit abzielt.

Für Menschen mit Sehbehinderung gibt es eine **Audio-Datei** mit der aufgesprochenen Ausschreibung.

Starterinnen, die eine **Begleitung beim Lauf** wünschen, erhalten einen Laufpartnerin bzw. eine Assistenz.

Weitere Informationen zum barrierefreien & inklusiven Women's Run:  
[www.siegener-womensrun.de/inklusiv](http://www.siegener-womensrun.de/inklusiv)

**Es freut uns sehr, dass unser Angebot genutzt wird und wir in den letzten Jahren viele Frauen, die ansonsten nicht an öffentlichen Sportveranstaltung teilnehmen, zum Start motivieren konnten.**

HERR RINGOO  
DAS ROLLENDE TRAUINGSTUDIO



WÜRDINGHAUSER STRASSE 34  
57399 KIRCHHUNDEM

+49 2723 979801

info@herr-ringoo.de

www.herr-ringoo.de

WIR GEBEN DEN STARTSCHUSS  
FÜR EUREN RUN AUF DIE  
SCHÖNSTEN TRAUINGE!



Salon Nella

Inh. Nella Klezel

Geisweider Straße 166

57078 Siegen

Tel. 02 71/81939 · Fax 02 71/8909960

# Spende

In diesem Jahr wollen wir uns als Kompetenzteam inhaltlich und mit einer Spende an der Initiative **„Erinnerungsort gegen die Gewalt an Frauen“** beteiligen.

Jeden Tag, in jedem Land, unabhängig von Religion oder Kultur erleiden Frauen und Mädchen Menschenrechtsverletzungen aufgrund ihres Geschlechts.

Das Kompetenz-Team des Siegener Women's Run sieht sich in der Solidarität mit Frauen, die von körperlicher und/oder sexueller Gewalt durch Männer betroffen sind. In den vergangenen 3 Jahren wurden deshalb, neben dem Siegener Verein Frauen helfen Frauen e.V. auch Projekte im Ausland durch Spenden finanziell unterstützt. Projekte, die dem Schutz und der Prävention von Frauen gegen Gewalt dienen. Nennen möchten wir hier beispielhaft die Frauenräume im Flüchtlingslager auf Samos oder die Unterstützung beim Bau eines Übernachtungshauses für junge Mädchen und Frauen in Tansania, damit sie eine Schule besuchen können, sowie Frauenprojekte in Afghanistan und Bangladesch.

**In diesem Jahr wollen wir uns mit der Initiative für einen Gedenkort einbringen.**

Gewalt gegen Frauen und Mädchen ist eine der beständigsten Formen der geschlechtsspezifischen Diskriminierung und eine Verletzung der Menschenrechte. In Deutschland sind 33% der Frauen Opfer von körperlicher und/oder sexueller Gewalt. Häusliche Gewalt gegen Frauen und andere Opfer, wie Kinder, Männer und ältere Menschen hat, als Folge der Eindämmungsmaßnahmen im Zusammenhang mit der Covid 19 Pandemie, um 15 % zugenommen hat.

Im März diesen Jahres wurde eine 33-jährige Frau in England nach dem Besuch bei einer Freundin auf dem Nachhauseweg ermordet. Der mutmaßliche Täter ist ein Polizist. Die Medien u.a. auch die Siegener Zeitung berichtete darüber ausführlich. Auch über die Versammlung von Hunderten von Menschen, die trotz rechtlicher Konsequenzen wegen dem Versammlungsverbot, Blumen zum Gedenken an die ermordete Frau ablegten.

Erinnern wir uns. Auch in Siegen wurden Frauen auf dem Nachhauseweg von Männern vergewaltigt und ermordet oder am helllichten Tag in einer belebten Passage, mit unzähligen Messerstichen erstochen. In diesem Jahr, am 25. November, jährt sich zum 40. Mal der internationale Tag gegen Gewalt an Frauen. Das Kompetenzteam möchte aus diesem Anlass, gemeinsam mit dem Autonomen Frauenhaus und Künstlerinnen aus Siegen, durch Spenden einen Erinnerungsort in Siegen ermöglichen. Es soll ein Ort geschaffen werden, an dem man der Frauen gedenken und sich erinnern kann, die Opfer von männlicher Gewalt geworden sind.



**Im letzten Jahr sind jeweils 1.000€ an drei verschiedene Projekte gegangen:**

Frauen des Lauffreiffs Inklusive Begegnungen e. V.

Samos Volunteers Alpha Centre

Frauen helfen Frauen Siegen



# CETAPHIL® HÄLT DEINE HAUT FIT.

Cetaphil® stärkt und  
schützt selbst sehr  
empfindliche Haut.

[www.cetaphil.de](http://www.cetaphil.de)



# Vielen Dank an Sponsoren & Unterstützer

Die professionelle Durchführung einer Veranstaltung wie den 4. Siegener Women's Run benötigt neben einer guten Teilnahme die Unterstützung von Sponsoren und Förderern. Wir bedanken uns recht herzlich für das vielfältige Engagement unserer Partner.

## Hauptsponsor:



## Unterstützung run together:



## Premium Sponsoren:



## Sponsoren:



## Kooperationspartner:

- Frauen helfen Frauen e.V.
- Behindertenbeauftragter des Kreises Siegen-Wittgenstein
- Inklusive Begegnungen - Verein zur Förderung der Inklusion Siegen e.V.
- Gleichstellungsbeauftragte des Kreises Siegen-Wittgenstein
- Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Siegen
- 57wasser - the robin hood of waters
- AWO-Projekt „Wir machen mit. Inklusion läuft!“

## Beilagen zu den Startunterlagen / Unterstützer:

Oberwasser / Gusto Puro Siegen, Storefolk Siegen, Eis.erfeld - Die Eismanufaktur, Just Spices, Picknicker Siegen, (Wella) Salon Nella, Biofreeze (Ludwig Arzt GmbH), Absolute Run Ausdauer

## Women's Run Social Media Supporterinnen:

@olivialovesrunning, @team\_runlover57, running\_katha, sabinamockenhauptofficial

## Unterstützer Inklusiver Women's Run:

- Zonta Club Siegen
- AWO-Projekt „Wir machen mit. Inklusion läuft!“
- Kreis Siegen Wittgenstein



# FAQ

## Wie findet der diesjährige Women's Run statt?

Am 5. September findet von 10 bis 16 Uhr ein Frauenlauftag an der sieg-arena statt. Gleichzeitig wird am 5. September der Siegener Women's Run – Überall! gestartet. Gelaufen und gewalkt werden kann bis zum 11. September.

## Kann frau sich noch anmelden und wie?

Wir freuen uns über viele Anmeldungen, du kannst dich sogar noch am 5. September spontan an der sieg-arena anmelden. Die Teilnahmegebühren für den Women's Run an der sieg-arena betragen 5,-€ (ohne Shirt), am Women's Run – Überall! kannst Du kostenlos starten.

## Was gibt es für die Startgebühren?

Die Startunterlagen für die sieg-arena beinhalten neben der Startnummer und der besonderen Women's Run Krone noch Gutscheine und Goodies. Wir haben eine Fotowand, vor allem wollen wir euch einen schönen Tag mit toller Stimmung an der sieg-arena anbieten. Beim Women's Run – Überall! gibt es natürlich auch eine Urkunde. Wir benötigen dazu allerdings eine Rückmeldung.

## Was ist wegen Corona am 5. September an der sieg-arena zu beachten?

Aufgrund der aktuellen Coronaschutzverordnung gibt es keine Vorgaben und weitere Einschränkungen für die Teilnehmerinnen und Besucher:innen. Prinzipiell setzen wir auf die Eigenverantwortlichkeit aller Beteiligten. Selbstverständlich gelten die üblichen AHA-Regeln im öffentlichen Raum. Konkret: Es muss der Mindestabstand eingehalten werden, beim Anstehen an Ständen etc. eine Maske tragen. Kostenlose Masken bieten wir auf dem Gelände an mehreren Stellen an.

## Was ist los am 5. September an der sieg-arena?

In erster Linie soll der Siegener Women's Run ein schöner Tag für alle Beteiligten sein, nicht der Wettkampf steht im Mittelpunkt, vielmehr geht es darum, mit anderen Frauen gemeinsam zu feiern. Das Veranstaltungsgelände wird so aussehen, wie es viele von euch vielleicht schon kennen. Präsentiert wird eine Bühne mit ganztägiger Moderation und Musik und Fotowand, sodass der 4. Siegener Women's Run atmosphärisch das bekannte Event-Feeling erhält. Es gibt jedoch keine festen Startzeiten. Von 10 bis 16 Uhr können die Teilnehmerinnen alleine oder in Kleingruppen, als Verein oder Laufteam, an den Start gehen und bekommen natürlich auch ihre Zeit gemessen.

## Gibt es feste Startzeiten am 5. September an der sieg-arena?

Ihr könnt zwischen 10 und 16 Uhr laufen. Meldet euch am Start, wir notieren das und im Ziel wird ebenfalls die Zeit festgehalten. Darüber hinaus werden wir um 11 Uhr, 12 Uhr, 13 Uhr, 14 Uhr und 15 Uhr einen allgemeinen Startschuss geben. Zu allen Zeiten könnt ihr wahlweise eine, zwei oder drei Runden laufen.

## Was kann frau gewinnen?

Erst einmal bekommen alle Teilnehmerinnen eine Urkunde. Auch werden wir aus den Zeiten, soweit sie uns vorliegen, eine Ergebnisliste erstellen. Allerdings wird das bis Mitte September dauern. Sonderpreise gibt es für den originellsten Teamauftritt und das größte Team.

## Wie kann ich den diesjährigen Siegener Women's Run unterstützen?

Wir hoffen natürlich auf eine große Teilnahme, deshalb würden wir uns über Werbung bei deinen Freundinnen, in deiner Familie und in deinem Verein freuen.



# Veranstaltungsorganisation

**Veranstalter:** :anlauf Siegen

**Planung:** Das Women's Run Kompetenzteam mit Rosa Baum, Ulla Baum, Petra Gahr, Renate Hoffmann, Ilka Kaltschmidt, Alexandra Netzer, Gudrun Kobalz, Marlene Stettner, Vanessa Oster

**Zeiterfassung:** ausdauer57

**Technik:** NPB Veranstaltungstechnik

**Programmbroschüre:** (Gestaltung :anlauf)

1.000 Stück auf Recyclingpapier

**Drucksachen:** Druckerei Wilke, winddruck, :anlauf

**Webseite:** :anlauf

**Fotos:** laufen57 (Frank Steinseifer)

**Motiv Titelfoto:** Frauen des TSV Oberfischbach beim 3. Siegener Women's Run 2020

**Veranstaltungsbüro:**

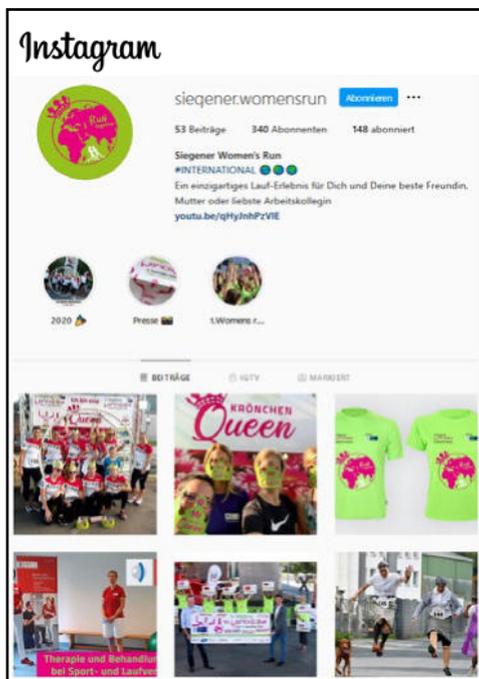
:anlauf-Büro Bahnhof Eintracht

Eiserfelder Str. 8

57072 Siegen

Telefon: 0271 40578691

info@anlauf-siegen.de



Folge uns gerne auf Social Media:



@siegener.womensrun



Webseite: [www.siegener-womensrun.de](http://www.siegener-womensrun.de)



# SPORT MACHT DURST.



NATÜRLICH  
**ISO**  
TONISCH  
VITAMINHALTIG

*Krombacher 0,0%. Der natürliche Durstlöscher mit 0,0% Alkohol.*



**Marien**  
Gesellschaft  
Siegen

# Mehr für Menschen.



**Marien**  
Kliniken

**Marien**  
Ambulant

**Marien**  
Aktiv

**Marien**  
Pflege

**Marien**  
Hospiz

**Marien**  
Service

[www.mariengesellschaft.de](http://www.mariengesellschaft.de)