



7. Siegener WOMEN'S RUN

Sonntag, 8. September 2024 | sieg-arena

powered by



:anlauf



Sparkasse
Siegen



WALTER
SCHNEIDER
IMMUNOLOGIE SEIT 1906



westenergie



SIEGEN

www.siegener-womensrun.de

SIEGEN

Liebe Frauen,

wir haben uns sehr über Eure/Deine Anmeldungen gefreut. Auch in diesem Jahr möchten wir wieder gemeinsam an der sieg-arena ein großes Frauenfest feiern.

Die Resonanz auf den 7. Siegener Women's Run ist mit über 600 Meldungen wieder erfreulich, weitere Meldungen sind aber immer noch möglich. Gerne könnt ihr also eure Mütter, Töchter, Freundinnen und Nachbarinnen noch kurzfristig zur Teilnahme motivieren und bei der Abholung der Startgebühren bzw. am Infostand anmelden.

Damit die Veranstaltung an der sieg-arena einen möglichst entspannten Verlauf nimmt, möchten wir euch vorher über den Ablauf informieren. **Bitte leitet diesen Infozettel auch an die Mitläuferinnen weiter, wenn ihr sie mit angemeldet habt.**

Abholung der Startunterlagen

Damit es am 8.9. nicht zu langen Wartezeiten bei der Abholung der Startunterlagen kommt, geben wir die Unterlagen bereits an folgenden Tagen vor dem :anlauf-Büro Bahnhof Eintracht, Eiserfelderstr. 8, (linke Seite auf dem Weg zur sieg-arena) aus:

Freitag, 6.9. von 10 bis 18 Uhr & **Samstag, 7.9.** von 10 bis 14 Uhr.

Wir bitten die Startunterlagen möglichst vor dem Sonntag abzuholen.

Am **Sonntag, 8.9.** ist das :anlauf-büro ab 12 Uhr besetzt. (dort können auch die Startunterlagen noch abgeholt werden) **Ebenfalls befindet sich dort der Infostand für den Women's Run.**

Bei einer Meldung für den virtuellen Lauf werden die Unterlagen (mit Shirt) am Donnerstag zugesandt, sollten also bis Sonntag eingetroffen sein. Bilder eures Laufs wären klasse.

Das Siegener Women's Run-Shirt – Siegperle - Läuferin

Das von Euch bestellte Shirt wird mit den Startunterlagen ausgegeben und wir würden uns freuen, wenn ihr das Shirt am Sonntag beim Lauf tragt, damit wir viele schöne Bilder von hellblauen Siegperle-Läuferinnen bekommen. Passt euch das Shirt? Die Problematik ist uns bewusst und wir sind auch beim tauschen kulant, seid aber bitte ebenfalls entspannt wenn es dadurch zu kleinen Verzögerungen kommt.

Startgebühren, Streckenänderungen, Ummeldungen etc.

Sollte kein Start beim 7. Siegener Women's Run am 8.9. möglich sein, ist eine Ummeldung auf eine andere Person möglich (Bearbeitungsgebühr 10,-€), oder ihr startet in den folgenden Tagen an einem Ort eurer Wahl und sendet uns die Ergebnisse. Eine Erstattung der Startgebühren kann nicht erfolgen, da bereits Veranstalterleistungen erbracht wurden (Starterbeutel mit Goodies und Shirt etc.).

Ummeldungen und Streckenänderungen sind kostenlos, aus organisatorischen Gründen aber nur am Freitag und Samstag möglich. Spätere Korrekturen können bei der vorläufigen

Ergebnisliste nicht berücksichtigt werden, kommen aber natürlich in die endgültige Ergebnisliste.

Mütter/Töchter/Schwester- und Freundinnen – Wertung

Bei Abholung der Startunterlagen sind Meldungen für diese Wertungen noch möglich.

Veranstaltungstag 8. September

Wir empfehlen, mindestens eine Stunde vor dem Start zur sieg-arena zu kommen und da dort viel los ist, wird es nicht langweilig.

Parken, Umkleiden, Toiletten

Parkplätze stehen auf dem großen Parkplatz der Siegerlandhalle kostenlos zur Verfügung.

Auf dem Veranstaltungsgelände Stumme-Loch-Weg bzw. sieg-arena gibt es keine Parkmöglichkeiten (außer einige Parkplätze für körperlich beeinträchtigte Menschen).

Zum Umkleiden stehen (nicht bewachte!) Umkleidezelte zur Verfügung.

Ein Toilettenwagen befindet sich gegenüber des :anlauf-Büros.

Duschmöglichkeiten gibt es in der DAV-Kletterhalle am Effertsufer.

Startaufstellung

Wir bitten bei der Startaufstellung darauf zu achten, dass erfahrene Läuferinnen eher vorne stehen und wer zum ersten Mal dabei ist, ordnet sich eher in der zweiten Hälfte ein. Die 6,6km Läuferinnen können sich vor dem Start nicht auf der Laufstrecke aufwärmen, da bereits Wettbewerbe stattfinden.

Die Läufe

In erster Linie geht es beim 7. Siegener Women's Run um den Spaß, deshalb geht ganz locker an den Start. Da der größte Teil der sieg-arena ein Radweg ist, bitten wir euch folgendes zu beachten. **Im ersten Lauf gehen alle Frauen an den Start, die sich für 2,2, oder 4,4km angemeldet haben.** Wer 2,2km gemeldet hat, läuft mit einer grünen Startnummer und geht nach der ersten Runde ins Ziel. 4,4km (blaue Startnummer) sind 2 Runden. Bei dem Lauf über 6,6km (d.h. drei Runden, pinke Startnummer) kann es zu Überrundungen kommen, deshalb läuft möglichst rechts und lasst links die Möglichkeit um Überholen.

Bei allen Läufen findet eine Zeitmessung im Ziel statt.

Das schönste Outfit und der originellste Auftritt.

Ein Höhepunkt des Nachmittags ist dieser besondere Auftritt um 15.15 Uhr. Wenn ihr euch verkleidet oder euer besonderes Outfit präsentieren möchte, kommt einfach zur Bühne. Wir sind schon ganz gespannt. Ebenfalls wird um ca. 15.30 das größte Team und die jüngste und älteste Starterin geehrt.

800 Meter-Lauf zur Jubiläumsfeier 800 Jahre Siegen. Einmalig möchten wir einen symbolischen 800 Meter Lauf durchführen und laden dazu alle Frauen ein. Start ist um 15.15 Uhr, gelaufen werden 400 Meter Richtung Eiserfeld mit einem Wendepunkt. Anmelden könnt ihr euch bei Abholung der Startunterlagen und auch noch am Veranstaltungstag. Als Dank erhält jede Teilnehmerin den hochwertigen AOK-Becher.

Nach dem Lauf & Siegerehrung

Im Zielbereich bieten wir Wasser und Krombacher 0,0 an. Die Ergebnisse und Urkunden werden zeitnah angefertigt, Urkunden können auch selbst im Internet ausgedruckt werden.

Um ca 17.00 Uhr findet vor der Bühne die Siegerehrung für den Gesamteinlauf und die Altersklassen statt. Wir möchten einen schönen Abschluss feiern und würden uns freuen, wenn viele Frauen bis zur Siegerehrung bleiben.

Der Sekt für die Gruppenanmeldung wird am :anlauf-Infozelt nach dem Lauf an Gruppen ab 5 Frauen ausgegeben. Bitte meldet euch dort.

Rund um den Lauf

Auf dem Veranstaltungsgelände am Stummen Loch laden etliche Informations- und Bewirtschaftungsstände (Kaffee & Kuchen und Stattantadue mit Pizza & Sizilianischen Sprizz) zum Besuch (auch von Familienangehörigen und Freunden) ein.

Der Verein Frauen helfen Frauen und die Selbsthilfegruppe Krebs prästieren sich wieder mit einem Infostand. Das Mütterzentrum bietet wieder Waffeln an und wird eine große Spielecke aufbauen.

Eure Fotos

Ab 12. September können auf unserer Webseite kostenlos alle Fotos runtergeladen werden. Natürlich seid ihr ebenfalls eingeladen eure Fotos zu Siegener Women's Run auf Facebook und Instagram hochzuladen.

Infostand am :anlauf-Büro

Der Infostand ist von 12 Uhr bis Sonntag 18 Uhr besetzt. Dort könnt ihr auch nach dem Lauf Probleme ansprechen. Gemeinsam mit :anlauf kümmern wir uns um alles, auch wenn es vielleicht ein paar Tage dauern kann.

Wir wünschen euch viel Spaß und Erfolg beim 7. Siegener Women's Run und freuen uns schon jetzt auf einen hoffentlich großartigen Nachmittag an der sieg-arena.

Euer Women's Run Organisationsteam



Rosa Baum, Ulla Baum, Petra Gahr, Renate Hoffmann, Ilka Kaltschmidt, Alexandra Netzer, Vanessa Oster & Marlene Stettner