



Bad Segeberg bewegt
kreativ · aktiv · karitativ



Kreativ, aktiv, karitativ

Unter dem Motto „Beweg was – beweg Dich mit!“ haben Unternehmen, Vereine, Segebergerinnen und Segeberger seit 2010 gemeinsam schon vieles auf die Beine gestellt. Alle Startgelder des AOK Volks- und Spendenlaufes werden auch 2018 an drei bewegende Projekte gespendet.

Der Bad Segeberger Volkslauf / Spendenlauf

mit Unterstützung des SC Rönau 74 ist seit 2011 fester Bestandteil von „Bad Segeberg bewegt“.

Kommen Sie – schauen Sie zu und/oder nehmen Sie teil:
So tun Sie schon Gutes!
Sie haben eine Idee, wie Sie sich einbringen können?
Bewegen Sie mit: www.BadSegeberg-bewegt.de

**Beweg was –
beweg Dich mit!**

Alle Startgelder werden gespendet
Mehr Infos siehe Rückseite

Partner und Sponsoren

SC RÖNNAU 74 e.V.

Sparkasse
Südholstein

SEGEBERGER
KLINIKEN

AOK
in Segeberg

Stöverkrüpp + Ahrendt
Mercedes-Benz

SZ Segeberger Zeitung
LUTHERS WIRTSCHAFT

Nord
EXPRESS

scan & design
Werbeagentur

MÖBEL
KRAFT

+ Deutsches Rotes Kreuz
Ortsverein
Bad Segeberg e. V.

MEBO
Sicherheit

Burmester

europaan

ROLAND
SPORTHAUS

Richter
Goldschmiedemeister
Uhrmachermeister



Bad Segeberg bewegt
kreativ · aktiv · karitativ



AOK Volkslauf Spendenlauf 2018

So. 2.9.

**Beweg was –
beweg Dich mit!**

Jeder Schritt hilft: Startgeld = Spende

Jeder Schritt hilft: Die Startgelder werden
dem Kinderschutzbund Segeberg gGmbH, dem
Verein Paulinchen-Initiative für brandverletzte Kinder e.V.
und der Jugend der Leichtathletiksparte des SC Rönau 74
gespendet.

**Beweg was –
beweg Dich mit!**

**Alle Startgelder
werden gespendet**

www.BadSegeberg-bewegt.de

Jetzt anmelden!
Aktuelle Infos, Laufstrecken und Anmeldung
www.BadSegeberg-bewegt.de



www.BadSegeberg-bewegt.de

Beweger



—Schirmherr: Dieter Schönfeld
Bürgermeister der Stadt Bad Segeberg

Sehr geehrte Gäste der Stadt, liebe Bad Segebergerinnen und Bad Segeberger!

Einmal im Jahr bestimmt der Volks- und Spendenlauf „Bad Segeberg bewegt“ das sportliche Geschehen in Bad Segeberg. Sie sind herzlich eingeladen, aktiv oder als Zuschauer an diesem sportlichen Event teilzunehmen, das in diesem Jahr am letzten Tag des Stadtfestes auf dem Programm steht. Als Schirmherr freue ich mich über die Initiative der Segeberger Zeitung, die die Spendenaktion zusammen mit dem SC Rönna 74 e.V. auch in diesem Jahr wieder in die Tat umsetzt.

Ob Sie selbst mitlaufen oder zuschauen – es erwartet Sie erneut ein ganz besonderes Sportevent. Welche Motive Läuferinnen und Läufer auch bewegen, ob sie sich mit anderen messen oder persönliche Bestmarken aufstellen wollen, ob sie einfach dabei sein oder mit Familie, Freunden oder Kolleginnen und Kollegen im Rahmen der Firmenwertung etwas Sportliches unternehmen möchten – sie alle finden hier eine passende Strecke und die gewünschte Herausforderung. Dabei freut es mich sehr, dass es für die Kleinsten und auch für Schüler im Rahmen des Schulwettbewerbs eine Laufstrecke gibt.

Die hohen Teilnehmer- und Zuschauerzahlen der vergangenen Jahre zeigen, dass der Segeberger Volks- und Spendenlauf bei vielen Lauffans hoch im Kurs steht.

Mein Dank gilt den Veranstaltern, allen Helfern und Sponsoren, die ein derartiges Event durch ihr Engagement ermöglichen.

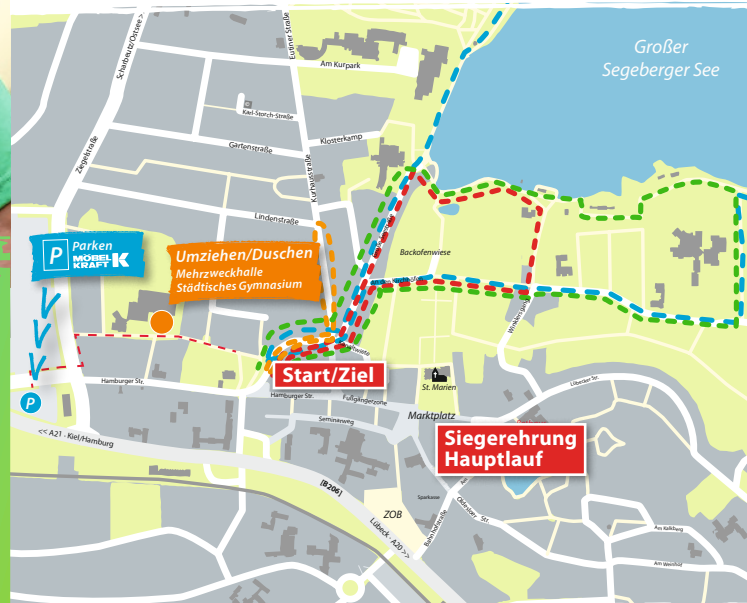
Ich wünsche allen Läuferinnen und Läufern, dass sie ihre eigenen, ganz persönlichen Ziele erreichen.

Ihr

Dieter Schönfeld
Dieter Schönfeld

AOK Volkslauf Spendenlauf

So. 2. September 2018



Läufe und Startzeiten

Ausgabe der Startunterlagen ab 8.00 Uhr

Lauf	Strecke	Startzeit	Startgeld
Sparkassen-Kinderlauf	1,8 km	10.00 Uhr	4,- EUR
Schnupperlauf	3,0 km	10.15 Uhr	6,- EUR
Bambinolauf	750 m	10.17 Uhr	2,- EUR
Hauptlauf	8,5 km	11.00 Uhr	10,- EUR



Start/Ziel

- Ausgabe der Startunterlagen ab 8.00 Uhr: Parkplatz ehemals Radio Baer
- Siegeregungen: Parkplatz ehemals Radio Baer (Kinder- und Schnupperlauf) sowie auf der Bühne am Marktplatz (Hauptlauf)



Parkmöglichkeiten

- Kostenloser Parkplatz in der Hamburger Straße bei Möbel Kraft – von dort ist es nicht mehr weit zum Landratspark und den Umkleideräumen
- Wenn Sie in Bad Segeberg wohnen – kommen Sie doch einfach zu Fuß



Umziehen und Duschen

- In der Mehrzweckhalle des Städtischen Gymnasiums

Hauptlauf
Rund um den Segeberger See

Schnupper- und Hauptlauf
mit Walking und Nordic Walking

Firmenlauf
Stark als Team
unterstützt von MEBO Sicherheit

Volks- und Spendenläufe

Vorbei an landschaftlich reizvollen Orten wie dem Kalkberg und dem Großen Segeberger See führen die Strecken am Südufer des Sees am Stadtrand zurück zum Ziel. Je nach Trainingszustand melden Sie sich für eine Distanz von 3,5 oder 8,5 Kilometern an.

Der 8,5 km lange Hauptlauf führt um den Großen Segeberger See. Außerdem gibt es einen 3 km langen Schnupperlauf, der ebenfalls ca. 1 km am Südufer des Großen Segeberger Sees führt, einen 1,8 km langen Kinderlauf mit einer Schulwertung sowie einen 750 m langen Bambinolauf.

Für Walker und Nordic Walker gibt es beim Schnupper- und Hauptlauf eine gesonderte Wertung. Es erfolgt eine professionelle Zeitwertung per Elektro-Chip.

Im Mittelpunkt steht allerdings nicht nur die sportliche Leistung, sondern der Spaß an der gemeinsamen Bewegung und die Freude am Helfen!

Beweg was – beweg Dich mit!

Alle Startgelder werden gespendet
Mehr Infos siehe Rückseite