

**AOK-Firmen-**  
**LAUF**  
Siegerland 2023

# 20. Siegerländer AOK-Firmenlauf

präsentiert von:



**Volksbank in Südwestfalen eG**

14. Juni 2023 | Bismarckplatz Siegen-Weidenau



Krombacher  
ALKOHOLFREI

SVB.

Martin  
Gesellschaft  
Siegen

DORNSEIFER  
Produkt von D&D

VANDERLANDE

G&D  
AND KVM  
FEELS RIGHT.

HOPPMANN  
autowelt

ABSOLUTE RUN  
COAUSDAUER

57 wasser  
robin hood

IG Metall  
Siegen

SIEGENIA  
brings spaces to life

## Der Firmenlauf ist zurück

Fast 8500 Teilnehmer verleihen dem 20. Siegerländer Firmenlauf wieder Volksfestcharakter

Von Pascal Köhler und Guido Schneider

**SIEGEN.** Die 20. Ausgabe des Siegerländer Firmenlaufs war wieder einmal Bestätigung genug: Die Mischung aus Volksfest und Laufveranstaltung kommt an!

„Endlich!“ – könnte man sagen. Endlich ging es wieder ganz normal zur Sache. Das bunte Volksfest im Kleid einer sportlichen Großveranstaltung ist in voller Pracht zurückgekehrt.

Vier Jahre nach der bislang letzten komplett unbeschwerten Ausgabe wurde die 20. Auflage des Siegerländer Firmenlaufs am Mittwochabend zur sommerlichen Riesenparty mit fast 8500 Startern im restlos ausgebuchten Teilnehmerfeld. Schon am 18. Mai hatten die Veranstalter die Meldelisten geschlossen, alle Startplätze waren vergeben.

Nach den Jahren der coronabedingten Alternativen und einem Neustart mit 5000 Firmenläufern im vergangenen Jahr durften sich die Organisatoren um Martin Hoffmann vom „anlauf“-Team auf die Schultern klopfen: Der größte Firmenlauf im Umkreis von 100 Kilometern hat nichts von seiner Strahlkraft verloren.

„Für ein endgültiges Fazit ist es noch zu früh, aber bisher ist alles gut gelaufen. Das Wetter ist gut, die Stimmung ist sensationell und Tausende Zuschauer an der Strecke sind einfach gigantisch. So macht es richtig, richtig Spaß“, freute sich Hoffmann noch während des Zieleinlaufs zahlreicher Teilnehmer.

Der Firmenlauf ist immer ein buntes Treiben. Neben sportlich ambitionierten Männern und Frauen stehen auch Teams, denen es einfach nur um den Spaß geht.



Großes Gedränge am Start: Die schnellsten Läufer positionieren ganz vorne und mit dem Startschuss geht es auf die rund 5500 Meter lange Strecke.  
Fotos: Pascal Köhler/Florian Runte

„Der Firmenlauf ist nicht nur eine Sportveranstaltung, sondern auch eine Teambuilding-Maßnahme direkt vor der eigenen Haustür“, fasste Moderator Frank Steinseifer den besonderen Charakter der Veranstaltung in passende Worte.

Das Lauf-Event lässt sich kaum in eine Schublade packen und ist irgendwie eine Veranstaltung zwischen Straßenkarneval,

Betriebsfeier, Breiten- und Leistungssport.

Genauso vielfältig wie die Laufshirts der teilnehmenden Unternehmen war dabei auch wieder der sportliche Anspruch und Ehrgeiz der Läufer, die sich auf die 5-Kilometer-Strecke durch die Siegener Innenstadt wagten. Während die Schnellsten um Jonas Hoffmann und Franziska Espeter die

rund 5500 Meter lange Strecke in knapp 20 Minuten zurücklegten, war es für Viele vor allem ein großer Spaß. Dabei spielte es keine Rolle, ob Hobbyläufer auf die Stre-

cke gingen oder ob das Ganze zu einem gemütlich-sonnigen Spaziergang mit Freunden wurde. Jeder, der mitmachen wollte, kam auf seine Kosten.

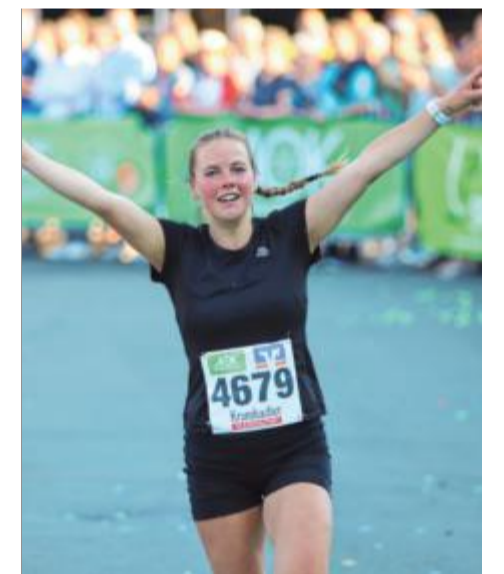
Seriensieger Jonas Hoffmann zauberte in etwas mehr als 16:30 Minuten einen neuen Streckenrekord auf den Asphalt und Franziska Espeter blieb als schnellste Frau nur knapp über 20 Minuten. Andere nutzten die Abendsonne für einen netten Plausch mit Kollegen, bei dem auch das ein oder andere Kaltgetränk schon auf der Strecke verköstigt wurde.

Für die Läuferinnen und Läufer geht es nicht nur um Zeiten und Rekorde. Auch die sportlich Ambitionierten sind Teil eines großen Events. Das beginnt lange vor dem Startschuss. Schon eine Stunde vor dem offiziellen Start um 19.30 Uhr wimmelte der Weidenauer Bismarckplatz vor gut gelaunten Arbeitnehmern. Bevor das erfahrene Team des N-Flow-Freizeitparks Netphen dem wartenden Menschenwurm von einem Lkw aus mit einem kurzen Warm-Up einheizte, wurde vor der Bühne wieder Straßenkarneval im Juni gefeiert. Ganz klar: Das gehört zum Siegerländer Firmenlauf mit dazu. Ob mit Zylinder, Einhorn-Haarreif oder Froschkostüm, bei diesem Event ist alles erlaubt und erwünscht. Die fantasiereichsten Team-Outfits wurden auch in diesem Jahr wieder prämiert.

Ganz nebenbei waren alle, die die rund 5500 Meter lange Strecke bewältigten, an diesem Tag Gewinner.

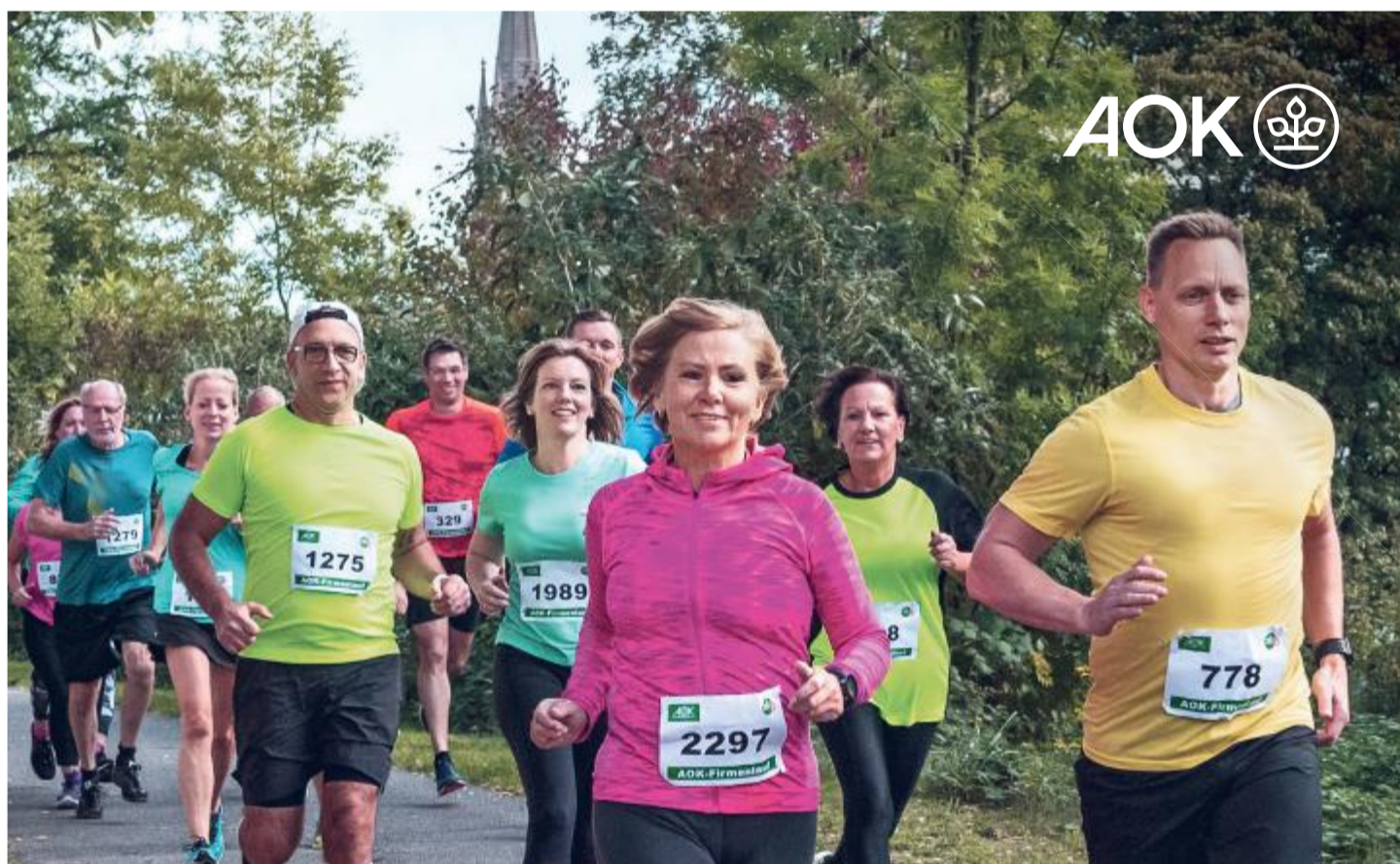


Seriensieger Jonas Hoffmann hatte richtig Bock, „den Motor hochzublasen“.



Die Schnellste auf der Damenstrecke war in diesem Jahr Franziska Espeter.

ANZEIGE



## Viel Spaß

und einen guten Lauf wünschen wir allen AOK-Firmenläufern

AOK NordWest. Die Gesundheitskasse.

AOK-Firmen-  
**LAUF**

## VOLLE ENERGIE BEIM FIRMENLAUF.



Wir sind offizieller Energiepartner des Siegerländer Firmenlaufs. Mit unserem Naturstrom aus reiner Wasserkraft wird Ihre Energieversorgung zu einer sauberen Sache. Wir wünschen allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern des Siegerländer Firmenlaufs viel Spaß und eine gute Zeit.

www.svb-siegen.de

**SVB.**  
Bringt Energie in unser Leben.

**AOK-Firmen-**  
**LAUF**  
Siegerland 2023

# 20. Siegerländer AOK-Firmenlauf

präsentiert von: **Volksbank in Südwestfalen eG**  
14. Juni 2023 | Bismarckplatz Siegen-Weidenau

klimaneutral  
inklusive

Inklusion läuft!

Krombacher  
ALKOHOLFREI

SVB.

Mitglied  
Gesellschaft  
Siegen

DORNSEIFER  
Produkt der D&S

VANDERLANDE

G&D  
AND KVM  
FEELS RIGHT.

HOPPMANN  
autowelt

ABSOLUTE RUN  
COAUSSAUER

57 wasser  
robin hood

IG Metall  
Siegen

SIEGENIA  
brings spaces to life

## Sport und Straßenkarneval

Auch die 20. Auflage der beliebten Laufveranstaltung war wieder eine runde Sache

Von Florian Runte und Guido Schneider

**SIEGEN.** Den Preis für den besten Teamauftritt gewannen wiederholt die Ginsburgstürmer aus Hilchenbach, die zum 20. Firmenlauf die Uhr in die 1920er-Jahre zurückgedreht hatten. Konkret hieß das: Charleston-Kleider für die Frauen, Fracks für die Männer – also nicht gerade die übliche Funktionskleidung. Ein Kostüm erinnerte daran, dass in dieser Zeit die Ahoj-Bräuse erfunden wurde. Schon in den Vorjahren hatten die Hilchenbacher die fantasievollsten Trikots an. Die Favoriten zeigten auch in diesem Jahr, dass der Siegerländer Firmenlauf irgendwie immer auch Straßenkarneval ist.

Ein wenig aus dem Rahmen fällt es trotzdem, wenn bei einer Sportveranstaltung Läufer mit Bierdose in der Hand und Gruppen sogar mit ganzen Bierkästen über die Strecke laufen – und teils spazieren. Zwar ist seitens der Veranstalter aktuell nicht geplant, hier regulierend einzugreifen, doch Chef-Organisator Martin Hoffmann stellt klar: „Das ist natürlich nicht im Sinne der Veranstaltung. Wir hoffen nicht, dass das Schule macht. Es gibt genügend Möglichkeiten, nach dem Zieleinlauf zu feiern.“

Viele andere Teams glänzten mit fantasievollen Namen und Anspielungen auf den eigenen Beruf. Dazu spielt „Dopamine Dressing“ in einer Vielzahl von strahlenden Neon- und Pastellfarben auch bei den Sportartikelanbietern eine immer größere Rolle – die bunte Funktionskleidung der flinkeren Läufer ergänzte somit die ohnehin schon sehr farbenprächtigen Lauf-T-Shirts der einzelnen Firmen. Wie Martin Hoffmann richtig feststellte, ist der Fir-



Fantasievolle Kostüme gehören beim Siegerländer Firmenlauf mit dazu.

Fotos: Pascal Köhler/Florian Runte

menlauf eine Sportveranstaltung. Und mit sportlichem Ehrgeiz ging auch der Serienieger Jonas Hoffmann an die Sache heran. „Hat Spaß gemacht“, stellte der aus Hadem stammende Läufer fest, nachdem er mit 16:36 Minuten einen neuen Strecken-

rekord aufgestellt hatte. Der Triathlet will in Kürze sein Ironman-Debüt geben und präsentierte sich topfit. Er schrieb in Strava, einem sozialen Netzwerk für Ausdauersportler: „Nach dem ganzen Grundlagen-training in den letzten Wochen hatte ich

heute richtig Bock, den Motor mal kurz durchzublasen.“ Ähnlich ging es auch Gesa Krause. Die deutsche Star-Läuferin, zweifache WM-Medaillengewinnerin über 3000 Meter Hindernis, war für ihren Sponsor mit am Start. Für die Mitarbeiter der

Firma Isabellenhütte aus Dillenburg leitete Krause das Aufwärmen vor dem Start. Sechs Wochen nach der Geburt ihres ersten Kindes absolvierte die 30-Jährige ihren ersten Wettkampf als „lockeres Training“. Bei Krause bedeutet dies einen Kilometer-Durchschnitt von 4:25 Minuten. Stellt sich die Frage, wie der Schnitt aussieht, wenn die Läuferin ernsthaft auf die Strecke geht?

Wie es auf der Strecke aussah, erfahren Fans auf der Website der Siegener Zeitung. Die Sportredaktion hat mehrere Bildergalerien online gestellt. Auf dem YouTube-Kanal der SZ warten zudem zahlreiche Videos vom 20. Siegerländer Firmenlauf.

Selbstverständlich ist der Firmenlauf auch in den sozialen Medien vertreten, unter dem Hashtag #siegerlaenderfirmenlauf gibt es einige Einträge.

Und dann wäre da noch die Frage, wie es im Jahr 2024 mit der Veranstaltung weitergeht. Konzepte für einen wegen des Hallenbad-Umbaus erforderlichen Alternativstart an der Siegerlandhalle sind in der Schublade, aber nächstes Jahr dürfte noch alles beim Alten bleiben.

Organisator Martin Hoffmann ist jedenfalls guter Dinge, dass der Startschuss am 3. Juli 2024 auch wieder in Weidenau fallen wird: „Ich gehe davon aus, dass es auch im kommenden Jahr noch am Bismarckplatz losgeht. Das Hallenbad muss ja jetzt neu geplant und ausgeschrieben werden. Bis zu den Herbstferien ist klar, ob es in Weidenau möglich ist. Für uns ist der Bismarckplatz der beste Ort, den es in Siegen gibt.“

ANZEIGE



Auch die Siegener Zeitung hat in diesem Jahr wieder mit einem eigenen Team an der Laufveranstaltung teilgenommen.



Der Firmenlauf gehört den Mannschaften, „Einzelläufer“ sind nicht am Start.



Auch das gehört zum Firmenlauf: Teamnamen mit Anspielungen auf den eigenen Beruf.

**WOHNFÜHL BERATUNG**  
IMMOBILIE - ENERGIE - WOHNEN

Wir können Immobilie – und das richtig!

Vollumfänglich, zielführend, ideenreich und lösungsorientiert – Beratung und Betreuung für mehr Wohnfühlmomente in Ihren vier Wänden. Unsere Experten zeigen Ihnen, wie Sie das maximale Potenzial Ihrer Immobilie ausschöpfen. Unabhängige Beratung, individuelle Lösungen und Experten-Know-how zu den Themen erneuerbare Energien, Wärmedämmung, Modernisierung, Immobilienabsicherung, Nachfolge und mehr.



lass-anpacken.de

**Volksbank in Südwestfalen eG**