

AOK-Firmen-
LAUF
Siegerland 2024

21. Siegerländer AOK-Firmenlauf

präsentiert von:  **Volksbank in Südwestfalen eG**
3. Juli 2024 | Bismarckplatz Siegen-Weidenau

 klimaneutral
inklusive



SVB.



Infos auf einen Blick

Pressekonferenz am 25.1.2024

in der Volksbank in Südwestfalen

Start frei zum 12. Siegerländer Volksbank-Schülerlauf

21 Jahre Siegerländer AOK-Firmenlauf

Der Siegerländer AOK-Firmenlauf:

- **ist die größte Breitensportveranstaltung in Südwestfalen;**
- **ist einer der traditionsreichsten Firmenläufe Deutschlands;**
- **gehört zu den teilnehmerstärksten unabhängigen Firmenläufen Deutschlands;**
- **zeigt in besonderer Weise den sportlichen Charakter der Universitätsstadt Siegen und des Kreises Siegen-Wittgenstein;**
- **ist für viele Firmen Bestandteil der Unternehmenskultur;**
- **war 2012 der erste klimaneutrale Firmenlauf Deutschlands;**
- **war 2018 der erste inklusive, d.h. barrierefreie Firmenlauf Deutschlands;**
- **hat trotz der Corona-Pandemie, als einer der ganz wenigen Firmenläufe in Deutschland, mit großer Resonanz stattgefunden;**
- **ist Siegens großes Sportfest für Alle, ob Jung oder Alt, mit und ohne Behinderung;**
- **ist mitten im Sommer Siegens Straßen-Karneval;**
- **ist für tausende Aktive das sportliche Highlight des Jahres;**
- **hat in den vergangenen Jahren viele Menschen zum Gesundheitssport motiviert;**
- **hat in den letzten zwanzig Jahren viele soziale Projekte unterstützt.**

Infos zum 21. Siegerländer AOK-Firmenlauf 2024

Unsere Themen 2024

1. Der AOK-Firmenlauf - Ein Schaufenster für Arbeitsgeberattraktivität:

Der Siegerländer AOK-Firmenlauf hat sich zu einem bedeutenden Ereignis entwickelt, das weit über ein Sommer-Event für Mitarbeitende hinausgeht. Hierbei nutzen Unternehmen die Gelegenheit, sich als engagierte Arbeitgeber oder Eventpartner zu präsentieren. Der Siegerländer AOK-Firmenlauf zeigt, wie Unternehmen durch ihre Beteiligung nicht nur sportlich, sondern auch als attraktive Arbeitgeber ins Rampenlicht treten und qualifiziertes Personal für sich gewinnen.

2. Der AOK-Firmenlauf - Betriebliche Gesundheitsförderung im Fokus:

Der Siegerländer AOK-Firmenlauf als Teil der betrieblichen Gesundheitsförderung ist mehr als nur ein Schlagwort – sie ist eine moderne Unternehmensstrategie. Mit dem Siegerländer AOK-Firmenlauf zeigen wir, wie eine Veranstaltung als ein Beitrag zur Prävention von Krankheiten am Arbeitsplatz fungieren kann. Mit der Teilnahme der Mitarbeitenden am Siegerländer AOK-Firmenlauf kann nicht nur deren individuelle Gesundheit gestärkt werden, sondern es steigert auch das allgemeine Wohlbefinden und die Arbeitsfähigkeit im Unternehmen.

3. Der AOK – Firmenlauf - Teamgeist als Schlüssel zur Unternehmensidentifikation:

Die Bedeutung des Teamgeistes wird beim Siegerländer AOK-Firmenlauf intensiver beleuchtet, indem der Fokus auf dem Gefühl der Zusammengehörigkeit und dem "Wir-Gefühl" liegt. Die Teilnahme an Team-Events wie dem Siegerländer AOK-Firmenlauf wird dabei als entscheidender Faktor für die Stärkung des Teamgeistes herausgestellt. Die gemeinsamen Erlebnisse von der Startlinie bis zum Zieleinlauf, insbesondere im einheitlichen Team-Shirt, schaffen nicht nur Erinnerungen, sondern fördern auch die Identifikation der Mitarbeitenden mit dem Unternehmen.

Ohne gute Partner und Sponsoren läuft nichts

Diese Aussage gilt immer bei :anlauf-Veranstaltungen. In den letzten Jahren sind wir mit dem Volksbank-Schülerlauf und dem AOK-Firmenlauf durch die

Unterstützung unserer Partner und Sponsoren erfolgreich durch die Corona-Pandemie gekommen. Gemeinsam haben wir neue Ideen entwickelt und waren im Vergleich zu vielen anderen Firmenläufen in Deutschland innovativ und wegweisend. 2023 konnten wir dann ein großes Veranstaltungs-Comeback feiern.

Wir bedanken uns recht herzlich bei unseren Sponsoren und Partnern, die seit Jahren den Siegerländer AOK-Firmenlauf und den Volksbank-Schülerlauf unterstützen:

AOK NordWest – Die Gesundheitskasse

Volksbank in Südwestfalen eG

Siegener Versorgungsbetriebe GmbH

Marien-Gesellschaft Siegen gGmbH

N-Flow Freizeitpark Netphen GmbH

Hotel Bürger GmbH & Co. KG

Krombacher Brauerei GmbH & Co. KG

Hoppmann Autowelt GmbH

Dornseifer's Frischemarkt GmbH

Absolute Run Ausdauer GmbH & Co. KG

Vanderlande Industries GmbH & Co. KG

SIEGENIA–AUBI KG

Guntermann & Drunck GmbH

57wasser – the robin hood of waters

Westenergie AG

Herkules Group

Kreis Siegen-Wittgenstein

Universitätsstadt Siegen

Verein Inklusive Begegnungen e.V.

AWO Kreisverband Siegen-Wittgenstein/Olpe

Neuer Partner 2024

Wir freuen uns über das Engagement unseres neuen Partners beim Siegerländer AOK-Firmenlauf und Volksbank-Schülerlauf

HerkulesGroup

Die Unternehmen der HerkulesGroup gelten weltweit als die absoluten Experten für die präzise und effiziente Bearbeitung großer Werkstücke. Ob Schleifen, Texturieren, Drehen, Fräsen oder Bohren – die unabhängigen Unternehmen der inhabergeführten Gruppe bieten vielfältige, maßgeschneiderte Lösungen.

Neu 2024

Azubi Wertung

Die Einführung einer Azubi-Wertung beim Siegerländer AOK-Firmenlauf unterstreicht das Engagement des Veranstalters für die Förderung von Teamgeist und sportlicher Teilnahme unter Auszubildenden. Diese neue Kategorie bietet den jungen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern die Gelegenheit, sich in einem lockeren und motivierenden Umfeld sportlich zu betätigen und gleichzeitig den Teamspirit innerhalb ihrer Ausbildungsbetriebe zu stärken. Die Azubi-Wertung will die Linie vom Volksbank-Schülerlauf vormittags zum AOK-Firmenlauf abends ziehen und natürlich auch die Vielfalt des Firmenlaufs erweitern.

N-Flow gibt das Tempo vor

Die Startaufstellung beim AOK-Firmenlauf ist immer etwas Besonderes und den Lauf im richtigen Tempo zu absolvieren eine Herausforderung. In diesem Jahr will N-Flow erstmals eine Orientierungshilfe bei der Suche nach dem optimalen und entspannten Laufen und Walken. Die Zielzeitläuferinnen und -läufer fungieren gewissermaßen als "Menschliche Pacer" und helfen den Teilnehmerinnen und Teilnehmern dabei, ein gleichmäßiges Tempo beizubehalten.

Multiplikatoren-Treffen – Donnerstag, 8. Februar um 17 Uhr

Hotel Bürger, Marienbornerstr. 134

Zu einem Infoabend sind alle Multiplikatorinnen und Multiplikatoren aus den Unternehmen zur Vorbereitung des AOK-Firmenlaufs eingeladen.

Was läuft sonst noch 2024?

Elektronische Zeitmessung

Nach der erfolgreichen Premiere werden wir auch in diesem Jahr beim AOK-Firmenlauf eine elektronische Zeitmessung einsetzen. Damit soll aber nicht der Wettkampfcharakter in den Vordergrund gestellt werden. Ganz im Gegenteil: Eine über die Startnummer gemessene Nettozeit entspannt die Situation im Startbereich. Für die Multiplikatorinnen und Multiplikatoren ist es zudem eine Arbeitserleichterung, da keine Zeiten per Hand eingegeben werden müssen und die Kolleginnen und Kollegen eigenständig ihre Urkunden ausdrucken können.

Personalisierte Startnummer

Den eigenen Vornamen auf der Startnummer zu lesen und von fremden zuschauenden Menschen angefeuert zu werden, kennt man von großen Stadtmarathons. Dieses Feeling möchten wir zum AOK-Firmenlauf bringen.

Finisher - Medaille

Auch in diesem Jahr werden alle Teilnehmer die Finisher-Medaille „*Ich war dabei*“ im Ziel erhalten, denn neben der Startnummer, der Urkunde, dem Finisher-Shirt und einem kostenlosen Foto ist die Medaille eine weitere besondere Erinnerung an den Firmenlauf.

Hybride Veranstaltungsform

Die Teilnahme am 21. Siegerländer AOK-Firmenlauf ist vom 3. bis 9. Juli auch individuell, an jedem anderen Ort möglich. Damit ermöglichen wir allen Interessierten, Teil des großen Events zu werden. Unternehmen wie SIEGENIA, Rittal u.a. planen auch 2024 einen betriebsinternen Firmenlauf mit einer Beteiligung der Standorte im In- und Ausland. Diese Initiativen möchten wir mit der hybriden Veranstaltungsform weiterhin unterstützen.

LED Großflächenleinwand

Auf der LED Großflächenleinwand werden von 16 bis 22 Uhr wichtige aktuelle Informationen, Fotos der letzten Jahre und nach dem Zieleinlauf aktuelle Fotos gezeigt.

Laufkurse für Einsteiger

In diesem Jahr finden wieder der kostenlose Einsteigerkurse Laufen und Walking in Verbindung mit dem Lauftreff *Inklusive Begegnungen* statt. Start ist die Woche nach den Osterferien. Die genauen Termine und Trainingsorte folgen.

Finishershirts optional in Bio-Baumwolle & Recycling-Funktionsmaterial

Auch 2024 bieten wir hochwertige Finisher-Laufshirts in Bio-Baumwolle und Recycling-Funktionsmaterial an. Wir möchten damit die unterschiedlichen Interessen und gleichzeitig die Nachhaltigkeit berücksichtigen.

Inklusion – Firmenlauf macht mit bei Inklusion läuft!

2024 werden wir mit der diesjährigen Veranstaltung erneut Teil der Kampagne des AWO Kreisverbandes "Wir machen mit. Inklusion läuft!" sein. Seit Jahren beschäftigen wir uns im Rahmen des Siegerländer AOK-Firmenlaufs mit dem Thema Barrierefreiheit und Inklusion.

Was bedeutet barrierefreier Firmenlauf?

Selbstverständlichkeit ist der gemeinsame Start von allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern. Für Menschen mit Behinderung und Beeinträchtigung oder Krankheiten bieten wir darüber hinaus vielfältige Materialien an: Flyer in leichter Sprache, Audio Dateien, Flyer in Braille-Schrift, Tragbare Induktionsschleife, Gebärdensprachdolmetscherin, Wegweiser barrierefreie Angebote, Assistenzen etc.

Auch 2024 Sonderwertung: Die Fitte Firma

Seit 2014 findet, auf Initiative der Marien Kliniken Siegen, die Aktion „Fitte Firma“ statt. Als Gesundheitspartner des AOK-Firmenlaufs ist die heutige Marien Gesellschaft in allen Bereichen der betrieblichen Gesundheitsförderung ein kompetenter Ansprechpartner.

Die Schnellsten aus dem Siegerland gesucht

AOK-Firmenlauf auch in diesem Jahr mit Meisterschaft

Natürlich ist der AOK-Firmenlauf in erster Linie eine Breitensportveranstaltung an der alle interessierten Menschen teilnehmen können. Aber auch 2024 wollen wir die ambitionierten Läuferinnen und Läufer aus der Region zum Start einladen. Nach den ersten erfolgreichen Auflagen der Absolute Run Firmenlauf-Meisterschaft, werden im Rahmen des Laufs am 3. Juli wieder die Schnellsten gesucht.

Warm-Up auf dem Start-LKW

Wie in den vergangenen Jahren wird das Warm-Up vor tausenden wartenden Menschen am Start vom N-Flow Fitness-Studio des Freizeitparks Netphen angeboten. Wir freuen uns.

Der originellste Teamauftritt

Ein Höhepunkt jedes Firmenlaufs auf dem Bismarckplatz ist die Präsentation des originellsten Teamauftritts vor dem eigentlichen Start. Wir freuen uns am 3. Juli vor der Bühne viele phantasievolle Kostüme und Auftritte zu präsentieren.

Checkliste für die Vorbereitung

Nach wie vor gehören die Multiplikatorinnen und Multiplikatoren in den Unternehmen zu den wichtigsten Akteuren des Firmenlaufs. Die engagierten Kolleginnen und Kollegen machen die Veranstaltung in ihrer Firma bekannt, sprechen die Kollegschaft an und klären die Unterstützung der Geschäftsführung ab. Auch in diesem Jahr möchten wir die Multiplikatorinnen und Multiplikatoren wieder unterstützen. Wir haben unsere Checkliste aktualisiert, die die Abläufe vereinfachen und mit der Startunterlagen-Ausgabe erhalten die Multiplikatorinnen und Multiplikatoren ein Dankeschön.

Bonus-Heft Schalter in der Bismarckhalle

Die Teilnahme am AOK-Firmenlauf lohnt sich in vielfacher Hinsicht. Längst haben die gesetzlichen Krankenkassen entdeckt, dass regelmäßiger Ausdauersport der Gesundheit der Versicherten zu Gute kommt. Besonders Laufen beugt erwiesenermaßen beispielsweise Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Diabetes vor. Die Präventions- und Bonusprogramme rechnen sich daher für Mitglieder und Kassen, es entsteht sozusagen eine win-win-Situation: Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erhalten Geld- und Sachprämien, die Krankenkassen sparen beträchtliche Kosten. Ein Blick in das Bonus-Programm unseres Partners AOK zeigt, wie vielfältig sportliche Aktivität unterstützt wird. Wir wollen die Firmenläuferinnen und Firmenläufer wieder gerne unterstützen. Am 3. Juli stellen wir von 16 bis 22 Uhr an unserem Info-Point in der Bismarckhalle Teilnahmebestätigungen aus bzw. stempeln die Bonushefte

Kostenlose Fotos vom Lauf und von der Fotowand

Wir arbeiten mit mehreren professionellen Fotografinnen und Fotografen zusammen, denn wir nutzen die Fotos nicht nur für die Öffentlichkeitsarbeit, sondern stellen die Fotos den Teilnehmerinnen und Teilnehmern kostenlos zur Verfügung. Auch in diesem Jahr können sich alle Laufgruppen von 17 bis 22 Uhr vor einer großen Fotowand auf dem Bismarckplatz fotografieren lassen. Diese Fotos können, genauso wie die über 1.000 Fotos von der Strecke kostenlos heruntergeladen werden.

Motivationspaket für neue Firmen

Um Firmen zu motivieren, erstmals am Siegerländer AOK-Firmenlauf teilzunehmen, haben wir erneut ein Startpaket für die neuen Multiplikatorinnen und Multiplikatoren zusammengestellt. Das Startpaket enthält Flyer, Plakate und ein Finisher-Shirt vom letzten Jahr. Fragen diesbezüglich können an uns telefonisch und per Mail (info@siegerlaender-aok-firmenlauf.de) gestellt werden.

Sonderwertungen

Im Rahmen des 21. Siegerländer AOK-Firmenlaufs finden wieder etliche Ehrungen am Veranstaltungsabend und im Nachgang statt.

- Sonderwertung origineller Auftritt
- Sonderwertung schönstes Shirt
- Sonderwertung originellster Name
- Firmenlauf-Meisterschaft
- die schnellsten Azubis
- Ehrung der schnellsten Teams

Soziales Engagement & Kooperationen

Auch in diesem Jahr haben wir Sozialpartnerschaften & Kooperationen abgesprochen:

Verein Inklusive Begegnungen

Der Verein ***Inklusive Begegnungen*** will inklusive Begegnungsräume eröffnen, Berührungängste abbauen sowie den Gedanken der Inklusion in der Mitte der Gesellschaft verankern. Der Verein arbeitet an niedrigschwellige, offene Angebote im Bereich von Kultur und Sport, die sich an alle Interessierte richten. Verschiedenheit, Beeinträchtigung und Behinderung werden nicht als Nachteil, sondern als Bereicherung und Ausdrucksform gesellschaftlicher Pluralität gesehen. Ein wichtiger Arbeitsbereich von **Inklusive Begegnungen** ist die regionale und überregionale Öffentlichkeitsarbeit, bei der die Interessen von Menschen mit Behinderung und ihre Teilhabe in allen gesellschaftlichen Bereichen im Mittelpunkt stehen. Der Verein betreut seit 2016 einen wöchentlichen Lauftreff und nimmt regelmäßig an Laufveranstaltungen in der Region teil.

AWO Kreisverband Siegen-Wittgenstein/Olpe

Die Arbeiterwohlfahrt (AWO) ist eine der großen deutschen Wohlfahrtsverbände, der sich sozialen und gesellschaftlichen Belangen widmet. Gegründet wurde die AWO im Jahr 1919 und hat seitdem vielfältige soziale Dienstleistungen entwickelt. Die Organisation setzt sich für soziale Gerechtigkeit, Solidarität und Chancengleichheit ein. Zu den Tätigkeitsfeldern der AWO gehören unter anderem Kinder- und Jugendhilfe, Altenpflege, Integration von Menschen mit Behinderungen, Wohnungslosenhilfe und weitere soziale Dienstleistungen. Die AWO ist gemeinnützig und arbeitet auf ehrenamtlicher Basis sowie mit hauptamtlichen Mitarbeitern zusammen, um Menschen in unterschiedlichen Lebenssituationen zu unterstützen.

Projekt: Wir machen mit. Inklusion läuft!

Wir arbeiten eng mit dem von Aktion Mensch geförderten und vom AWO Kreisverband Siegen-Wittgenstein/Olpe angebotenen überregionalen Projekt „Wir machen mit. Inklusion läuft“ zusammen. Das Projekt hat das Ziel, Laufveranstaltungen bei der Umsetzung der Barrierefreiheit zu unterstützen.

Klimaneutral und inklusiv

Der Siegerländer AOK-Firmenlauf ist bekanntlich mehr als eine Sportveranstaltung und hat in der Vergangenheit Maßstäbe gesetzt, die überregional zur Kenntnis genommen wurden. Seit 2012 wird die größte Breitensportveranstaltung in der Region klimaneutral und seit 2018 barrierefrei durchgeführt.

Ermäßigte Startgebühren

Wie in den letzten Jahren unterstützen wir auch 2024 Menschen mit Behinderung und Läuferinnen und Läufer aus Selbsthilfegruppen. Menschen mit Behinderung aus sozialen Einrichtungen und Selbsthilfegruppen sowie Schüler zahlen nur die Hälfte der Startgebühren.

Spenden

Zwei Euro pro Starterin bzw. Starter gehen auch in diesem Jahr wieder als Spende bzw. Unterstützung an diverse Projekte & Initiativen:

- Klimaschutzprojekt für nicht vermeidbare CO₂ - Emissionen in Zusammenhang mit dem AOK-Firmenlauf und dem Volksbank-Schülerlauf
- Weiterführung des Projekts „Schülerlauf-Wald“ am Rosterberg
- Unterstützung der Aktivitäten beim Volksbank-Schülerlauf
- Inklusive Sportangebote des Vereins Inklusive Begegnungen & für das Büro Schlachthausstraße

Startgebühren & Leistungen des Veranstalters

Die Startgebühren betragen bei Meldung

bis zum 30. April:	20,-€/16,81€ netto (mit Medaille)
ab dem 1. Mai:	24,-€/20,17€ netto (mit Medaille)
bis zum 30. April:	35,-€/29,41€ netto (mit Medaille & Finishershirt)
ab dem 1. Mai:	39,-€/32,77€ netto (mit Medaille & Finishershirt)

Virtueller Start (kein Start am Bismarckplatz):

10,-€/8,40€ netto (mit Medaille)
24,-€/20,17€ netto (mit Medaille & Finishershirt)

(die Startgebühren enthalten 19% MwSt. und werden als Rechnung zugesandt)

Was enthalten die Startgebühren?

- Elektronische Zeitmessung (keine individuelle Zeitenrückmeldung nötig);
- Personalisierte Startnummer (mit gemeldeten Vornamen);
- die Jubiläums Firmenlauf-Medaille „Ich war dabei“;
- Kostenlose Fotos unserer professionellen Fotografen vom Lauf und von der Fotowand neben der Bühne zum Download;
- Startumschlag mit Startnummer, Programmheft, Teilnehmerinfos, Gutscheine und Angeboten von Sponsoren;
- Organisatorische Extra-Leistungen des Veranstalters wie Info-Büro in der Bismarckhalle, Starter-Hotline, Streckenbetreuung durch den THW, sanitäre Anlagen, medizinische Leistungen, Getränkeversorgung auf der Strecke und im Ziel;
- Urkunde und Bestätigung für Bonusprogramme der Krankenkassen;
- Stimmung an der Strecke mit rund 10 Musikstationen und Live-Bands;
- Bühnenprogramm mit Moderation und After-Run-Party mit Bewirtschaftung auf dem Bismarckplatz und Überraschung nach 22 Uhr;
- Pokale und Ehrungen für die originellsten und schnellsten Teams;
- hochwertiges Lauf-Finishershirt (optional);
- kostenlose Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln;
- kostenloser ADFC Fahrradparkplatz & Fahrradwache an der Bismarckhalle

Vor allem ist der Siegerländer AOK-Firmenlauf ein unvergessliches Erlebnis mit den Kolleginnen, Kollegen, Freundinnen und Freunden.

Anmeldungen

**Anmeldungen sind ab Montag, 29.1.2024 über unsere Webseite möglich:
www.siegerlaender-aok-firmenlauf.de**

Aktivitäten in der Vorbereitung

Große Versandaktion mit Info-Material an über 1.200 Firmen-Adressen

Ende Januar werden wir allen Multiplikatorinnen und Multiplikatoren die mit ihren Firmen in den letzten Jahren beim Siegerländer AOK-Firmenlauf dabei waren, ein großes Infopaket mit allen wichtigen Infos, Plakaten und Flyern per Post zusenden.

Multiplikatoren-Treffen – Donnerstag, 8. Februar um 17 Uhr

Hotel Bürger, Marienbornerstr. 134

Zu einem Infoabend sind alle Multiplikatorinnen und Multiplikatoren aus den Unternehmen zur Vorbereitung des AOK-Firmenlaufs eingeladen.

Saisoneröffnung – Freitag, 12. April um 18 Uhr

:anlauf-Büro & sieg-arena

Mit Informationen rund um den 3. Juli bei Freigetränken und Würstchen wollen wir Menschen in der Region auf den 21. Siegerländer AOK-Firmenlauf einstimmen und Tipps zur Vorbereitung geben. Ebenfalls drehen wir gemeinsam eine lockere Runde an der sieg-arena (kein Zwang). Eingeladen sind alle Interessierten. Läuferische Voraussetzungen sind nicht notwendig.

Zahlen aus 21 Jahren Firmenlaufarbeit und 20 Siegerländer AOK-Firmenläufen

- rund 143.000 Meldungen bzw. Starts von 2004 bis 2023 hat es gegeben;
- rund 2.700 Kolleginnen und Kollegen haben sich in den letzten 20 Jahren als Multiplikatorinnen und Multiplikatoren engagiert;
- über 110.000 Finisher-Shirts wurden produziert;
- rund 25.000 Medaillen wurden verteilt
- rund 10.000 Shirts, Mützen, Buffs & sonstige Goodies haben wir als Dankeschön an die Multiplikatorinnen und Multiplikatoren verschenkt

Spenden

Seit 2004 wurden aus den Startgebühren rund 160.000€ gespendet.

Unter anderem ist der Skatepark Dreisbach und die Beleuchtung an der Sieg-Arena wesentlich finanziert worden, der Verein Inklusive Begegnungen und das Büro Schlachthausstraße 2 wurden unterstützt, der Energieverein erhielt Spenden für Klimaaktionen an Schulen, ein Schülerlauf-Wald wurde initiiert, und Fahrrad-Kuriere in Afghanistan wurden unterstützt. Außerdem unterstützt wurden Aktivitäten rund um das Thema Inklusion und Sport, die Siegener Tafel, die DRK-Kinderklinik und Klimaschutzprojekte für nicht vermeidbare CO₂-Emissionen im Zusammenhang mit dem AOK-Firmenlauf und dem Volksbank-Schülerlauf.

Zahlen zu Medien und Presse von 2004 bis heute

- rund 550 große (ganze Seiten) und kleine (Spalten) Presseberichte in den heimischen Zeitungen
- rund 270 Beiträge bei Radio Siegen
- rund 30 Beiträge im WDR Fernsehen Südwestfalen
- über 25.000 Fotos unserer Veranstaltungsfotografen

- 58 :anlauf-Pressetermine
- 160 :anlauf-Pressemeldungen
- 25 eigene Videos für YouTube, Facebook und Instagram
- 260 Facebook-Posts (bei über 2.500 Followern)
- 200 Instagram Beiträge (bei über 1.100 Followern)

- rund 300.000 Faltblätter/Ausschreibungen
- rund 170.000 Broschüren und Programmhefte
- rund 100.000 Papierkunden
- rund 30.000 Anwohner:innen-Infozettel

Ausschreibung

21. Siegerländer AOK-Firmenlauf

präsentiert von der Volksbank in Südwestfalen eG

Ausrichter und Veranstalter: :anlauf - Siegen

Termin: Mittwoch, 3. Juli 2024, ab 18 Uhr

Ort: Siegen - Bismarckplatz

Strecke: Rundkurs von Weidenau durch die Siegener-Innenstadt

Streckenlänge: ca. 5.500 Meter

Teams:

Startberechtigt sind Teams, deren Mitglieder jeweils einer Firma, Institution oder Behörde angehören. Möglich sind auch Angehörige von Berufsgruppen (wie z.B. Siegener Ärzte, Rechtsanwälte, Handelsvertreter), die sich zu einem Team zusammenschließen.

Es gibt drei Wertungskategorien:

1. Frauenteam (3 Frauen)
2. Männerteams (3 Männer)
3. Mixedteams (mindestens 1 Frau)

Es können beliebig viele Teilnehmer starten.

Wertungen:

Auch 2024 wird es zwei Wertungen geben.

Firmenwertung

Hieran nehmen alle Unternehmen, Behörden und Einrichtungen teil, wenn die meisten Mitarbeiter tatsächlich bei der Firma angestellt sind. Selbstverständlich zählen Aushilfen, Familienangehörige und Gastläufer dazu.

offene Wertung

In diese Wertung kommen alle Teams, die sich als Interessensgruppe zusammenschließen. Beispiele: Freiwillige Feuerwehren, Kirchliche Gruppen, Hobbysportgruppen und Initiativen.

Pro Team gibt es selbstverständlich keine Teilnehmerbegrenzung. Die Zeiten der einzelnen Teammitglieder werden addiert und bilden das Teamergebnis. Bei mehr als drei Startern erfolgt eine Wertung nach Einlauf (z.B. Firma X 1, Firma X 2 usw.)

Wichtig! Wenn die Teams bei der Meldung festgelegt werden (z.B.: Firma X – Team Büro, Firma X – Team Lager), erfolgt eine Wertung gemäß des Teamnamens. Walker und Nordic Walker, die als eigenständiges Team starten möchten (d.h. nicht als gemischtes Team aus Läufern und Walker/Nordic Walker), müssen sich hierfür unter einem gemeinsamen Teamnamen anmelden.

Zeitnahme:

Die Zeitnahme erfolgt per elektronischer Zeitmessung.

Preise/Auszeichnungen:

Jeder Teilnehmer & jede Teilnehmerin erhält eine Urkunde.

Teamwertung: Die ersten drei Teams jeder Kategorie erhalten Pokale für die Firmenvitrine. Die Firma mit den meisten Startern (auch unter verschiedenen Team-Namen) erhält einen Ehrenpreis.

Die Teams mit den schönsten Team-Shirts und phantasievollsten Namen erhalten einen Pokal. Der Preis für den originellsten Auftritt (Großer Preis der Volksbank in Südwestfalen) wird von einer Jury während der Veranstaltung gewählt. Das Team mit der weitesten Anreise (in km) und der/die Multiplikator:in des Jahres erhalten ebenfalls Sonderpreise.

Anmeldungen:

Meldungen für den 21. Siegerländer AOK-Firmenlauf sind ab 29.01.2024 über unsere Webseite möglich (www.siegerlaender-aok-firmenlauf.de).

Die Kontaktpersonen werden regelmäßig über die weitere Entwicklung der Veranstaltung informiert sowie mit Tipps und Terminen versorgt.

Umkleidemöglichkeiten & Toiletten:

Im städtischen Hallenbad in Weidenau bestehen Umkleide- und Duschemöglichkeiten. Darüber hinaus werden in der Bismarckhalle Umkleidemöglichkeiten eingerichtet. Toiletten befinden sich im Hallenbad, in der Bismarckhalle und auf dem Bismarckplatz.

Weitere Infos zum 21. Siegerländer AOK-Firmenlauf 2024

Homepage: www.siegerlaender-aok-firmenlauf

Facebook: Siegerlaender.Firmenlauf

Instagram: [siegerlaender_firmenlauf](https://www.instagram.com/siegerlaender_firmenlauf)