

## Startgeld:

Zwergellauf	6,-- Euro
Bambinilauf:	6,-- Euro
Schülerlauf:	6,-- Euro
Haupt- und Firmenlauf mit Stadtmeisterschaft	15,-- Euro
Nordic Walking	12,-- Euro
Run & Bike (pro Team)	20,-- Euro
Nachmeldegebühr am Veranstaltungstag für Erwachsene	3,-- Euro

Der Reinerlös der Veranstaltung geht an die **Schwandorfer Tafel** und zur Bewegungsförderung an die teilnehmenden **Schwandorfer Grundschulen**.

## Unsere Leistungen für die Teilnehmenden:

- Urkunde online für alle Teilnehmenden unter [www.charitylauf-schwandorf.de](http://www.charitylauf-schwandorf.de)
- Charity-Stadtlauf-Medaille für die Teilnehmenden des Zwergel-, Bambini- und Schülerlaufs
- Sportmassage im Ziel
- Medizinische Betreuung: "Johanniter" - OV Schwandorf
- Aktionsstände unserer Partner
- Verpflegung für alle Teilnehmenden
- Duschen und Umkleiden
- Getränke und Obst im Zielraum
- Kinder- und Familienprogramm

## Der coole „Charity-Rucksack“...

...aus recycelten PET-Flaschen

Alle Kinder und Schüler (**Zwergel-, Bambini- und Schülerlauf**) erhalten den Rucksack **kostenlos**.

Alle Teilnehmenden am **Hauptlauf, Run & Bike und Nordic Walking** können den Rucksack optional **für 10 Euro** mit der Anmeldung oder bei der Nachmeldung (solange Vorrat reicht) erwerben.

Maße: Höhe: ca. 51 cm  
Breite: ca. 39 cm  
Tiefe: ca. 11 cm



## Die Unterstützer



## Die Veranstalter



# 18. SCHWANDORFER CHARITY STADTLAUF

Laufen ■ Nordic Walking ■ Run & Bike

# 29.6.2024

Gemeinsam für die gute Sache!



**BLEIB „AM LAUFENDEN“**

[www.charitylauf-schwandorf.de](http://www.charitylauf-schwandorf.de)



## Ihre Streckenauswahl

10.00 Uhr

### GLOBAL Haupt- und Firmenlauf

Jahrgang 2012 und älter

Hoher-Bogen-Straße - nach Steinberger Straße bis Wendepunkt - Hoher-Bogen-Straße - Sepp-Simon-Stadion  
Nachmeldung und Startnummernausgabe von 09.00 bis 09.30 Uhr  
Siegerehrung nach dem Lauf



5.000 m

10.05 Uhr

### BENTELER-Nordic Walking

Jahrgang 2012 und älter

Hoher-Bogen-Straße - nach Steinberger Straße bis Wendepunkt - Hoher-Bogen-Straße - Sepp-Simon-Stadion  
Nachmeldung und Startnummernausgabe von 09.00 bis 09.35 Uhr  
Siegerehrung nach dem Lauf



5.000 m

11.30 Uhr

### NABALTEC-RUN & BIKE

Jahrgang 2012 und älter

Hoher-Bogen-Straße - Kuntau - Hohen Bogen Straße - Sepp-Simon-Stadion  
Nachmeldung und Startnummernausgabe von 09.00 bis 11:00 Uhr  
Siegerehrung nach dem Lauf

Nabaltec

10.000 m

13.00 Uhr

### THERAPIETEAM DIERMEIER Zwergelauf

Jahrgang 2019 und jünger (Laufbegleitung möglich)  
im Sepp-Simon-Stadion

Nachmeldung und Startnummernausgabe von 09.00 bis 12:30 Uhr  
Siegerehrung: nach dem Lauf



200 m

13.20 Uhr

### DÖPFER-SCHULEN- Schülerlauf

Jahrgang 2008 bis 2017

Schotterweg Richtung Nattermoos und zurück in das Sepp-Simon-Stadion  
Nachmeldung und Startnummernausgabe von 09.00 bis 12:50 Uhr  
Siegerehrung: nach dem Lauf



1.500 m

14.00 Uhr

### SPARKASSEN-Bambinilauf

Jahrgang 2014 bis 2018  
im Sepp-Simon-Stadion

Nachmeldung und Startnummernausgabe von 09.00 bis 13.30 Uhr  
Siegerehrung: nach dem Lauf



600 m

## Wertungen

### Benteler-Stadtmeisterschaft



An der Benteler-Stadtmeisterschaft beim Hauptlauf über 5 km nehmen alle Läuferinnen und Läufer teil, die in der Stadt Schwandorf wohnen oder für einen Schwandorfer Sportverein an den Start gehen. Bei der Anmeldung muss die Teilnahme bestätigt werden. Die drei erstplatzierten Damen und Herren werden prämiert (ohne Altersklassenwertung).

### Haupt- und Firmenlauf / Nordic Walking

Die drei erstplatzierten Damen und Herren werden prämiert.

### Gruppenwertung Vereine, Schulen und Firmen

Bei den Vereinen, Schulen und Firmen werden jeweils die drei teilnehmerstärksten Gruppen prämiert.

### Run & Bike

Die drei erstplatzierten Teams in den Kategorien weiblich, männlich und mixed werden prämiert.

## Anmeldung



### ...online bis 22.06.2024

unter [www.charitylauf-schwandorf.de](http://www.charitylauf-schwandorf.de)

### Nachmeldung / Startnummernausgabe

...am Veranstaltungstag im Foyer der Oberpfalzhalle neben Sepp-Simon-Stadion bis eine halbe Stunde vor dem Start.

### Hinweise für die Teilnehmenden / Datenschutz:

Die datenschutz- und haftungsrechtlichen Erfordernisse für die Teilnehmenden können jederzeit auf [www.charitylauf-schwandorf.de](http://www.charitylauf-schwandorf.de) eingesehen werden. Die Teilnehmenden sind im Rahmen einer Zusatzversicherung unfall- und haftpflichtversichert.



## Bequem parken

Parkplatz Oberpfalzhalle  
Parkplatz Landratsamt



## Moderation

Armin Wolf

## Run & Bike

Der „Run & Bike“ (1 Fahrradfahrer & 1 Läufer) über 10 km wird im 2-er Team (weiblich, männlich, mixed) absolviert. Gemeinsam wird die gesamte Strecke bewältigt. Ausnahme: im Stadion startet nur der Läufer und der Fahrradfahrer komplettiert das Team aus Sicherheitsgründen erst **beim Verlassen des Stadions**.

Das 2-er-Team darf unterwegs beliebig oft zwischen Laufen und Radfahren wechseln.

Der Radfahrer bleibt (außer beim Wechsel) immer direkt mit etwas Abstand hinter dem Läufer, damit Überholvorgänge möglich sind.

Das Mischen mit anderen Teams auf der Strecke ist nicht zulässig. Jedes Team muss sein eigenes Fahrrad die ganze Strecke über mit sich führen.

Außerdem dürfen weitere Personen auf der Strecke das Team nicht zusätzlich per Rad oder laufend begleiten.

Beim Zieleinlauf muss das Paar die Ziellinie gemeinsam mit dem Fahrrad überqueren.

Alle Fahrräder (außer E-Bikes und Pedelecs) sind erlaubt. Fahrräder dürfen zum Mitführen von Getränken, Verpflegung und Kleidung genutzt werden. Die Verkehrssicherheit der Fahrräder wird vorausgesetzt.

**BLEIB „AM LAUFENDEN“**

[www.charitylauf-schwandorf.de](http://www.charitylauf-schwandorf.de)



Tourismusbüro  
Schwandorf

Ihre Anlaufstelle für

ERLEBNISREICHE  
STADT- UND  
FELSENKELLER-  
FÜHRUNGEN

SPANNENDE  
THEMENFÜHRUNGEN

SCHWANDORF  
SOUVENIRS

[WWW.SCHWANDORF.DE](http://WWW.SCHWANDORF.DE)

