



Frauenfelder 2 Stunden Lauf

Frauenfelder 2 Stunden Lauf Samstag, 14. September 2019 www.2-stunden-lauf.ch

Lauf- informationen 2019

Liebe TeilnehmerInnen des Frauenfelder 2 Stunden Laufes

Deine Anmeldung zum 34. Frauenfelder 2 Stunden Lauf freut uns sehr.
Du erhältst die bestellten Unterlagen und alle wichtigen Informationen zum Lauf!
Wir wünschen eine gute Vorbereitungszeit und viel Erfolg bei der Sponsorensuche.

Herzliche Grüsse, Verein Frauenfelder 2 Stunden Lauf

Zeitplan	12.00 bis 13.45	Abgabe der Startnummern und des Strichcode-Bündels bei der Schlossmühle ❶ unterhalb des Schlosses Frauenfeld, siehe Plan Rückseite. Nachmeldungen ebenfalls im Startraum.
	14.00	Start durch Ehrenstarter; schnelle Läufer vorne, langsamere hinten einreihen.
	ab 16.00	Es darf keine neue Runde mehr angefangen werden.
	ca. 16.20	Kostenlose Verpflegung für alle Läuferinnen und Läufer im Start-Ziel-Gelände. ❶ Eltern, Betreuer und Gäste sind herzlich willkommen. Erste Hochrechnungen und Abschlussveranstaltung.
Orientierung	Alle wichtigen Örtlichkeiten sind auf der Rückseite dieses Blattes zu finden.	
Strecke	Start/Zielgelände bei der Schlossmühle ❶ unterhalb des Schlosses Frauenfeld. Durchführung bei jedem Wetter. Grosse Runde für Erwachsene = 3,30 km. Kleine Runde für Kinder und Jugendliche bis Jahrgang 2004 und deren Begleitung = 2,15 km.	
Startnummer	Bezug ab 12.00 Uhr zusammen mit dem Strichcode-Bündel im Startraum. ❶ Bitte teile uns beim Bezug der Startnummer die dir pro Kilometer zugesagte Unterstützung oder den Pauschalbetrag mit. So können wir schon kurz nach dem Lauf die ersten Hochrechnungen über den eingelaufenen Betrag bekanntgeben.	
Rundenzählung	Beim Start/Ziel-Durchgang wirft jede/r LäuferIn pro abgeschlossener Runde einen Code-Zettel in den bereitgestellten Behälter. Reisse den Code-Zettel vor der Start/Ziel Passage ab, damit werden Staus bei der Abgabe verhindert. Pro Runde nur 1 Code-Zettel einwerfen. Achtung: Nasse Code-Zettel können verkleben! Läuferinnen und Läufer können den Lauf jederzeit unterbrechen oder beenden. Angefangene Runde bitte fertig laufen! Nicht vergessen: Nach Abschluss der letzten Runde ebenfalls einen Code-Zettel einwerfen.	
Verpflegung	Während des Laufes stehen Wasser, Tee, isotonische Getränke und Früchte zur Verfügung. ❶ und ❷	
Haftung	Die Veranstalter lehnen jegliche Haftung bei Unfällen, Schäden und Diebstahl ab. Wir empfehlen im Umkleidebereich keine Wertgegenstände zurückzulassen.	
Zieleinlauf	Um 16.00 Uhr wird die Laufstrecke beim Start/Ziel geschlossen. Eine vor diesem Zeitpunkt begonnene Runde darf fertig gelaufen werden. Die Gesamtzahl der gelaufenen Kilometer wird während des Laufes anhand der abgegebenen Strichcodes elektronisch erfasst. Die Information der gelaufenen Kilometer kann im Internet unter www.2-stunden-lauf.ch eingesehen werden.	
Duschen	Im Hallenbad Frauenfeld ❹ Das Duschen mit Bon ist gratis (Badeanzug wird empfohlen). Ein Dusch-Bon ist bei der Startnummernausgabe oder später beim Speakerwagen erhältlich.	
Sponsorengeld	Wir sind dankbar, wenn du möglichst bald nach dem Lauf das von deinen Sponsoren versprochene Geld mit dem beigelegten Einzahlungsschein oder spesenfrei via Internetbanking einzahlst. Konto Raiffeisenbank Frauenfeld, PC 85-708-2, Konto 95069.47 / SIC 81384, Stichwort: Frauenfelder 2 Stunden Lauf 2019. Die Sponsorengelder können von der Steuer abgezogen werden. Informiere die Sponsoren darüber und mache den Abzug bei der nächsten Steuererklärung. Vom Erlös der eingelaufenen Sponsorengelder gehen 75% an das Auslandprojekt und 25% an die zwei lokalen Projekte. (Details zu den Projekten sind im Prospekt sowie auf unserer Website zu finden.)	
Abschlussveranstaltung	Nach dem Lauf sind alle Läuferinnen und Läufer herzlich eingeladen, im Start-Ziel-Gelände ❶ kostenlos eine kleine Mahlzeit einzunehmen. Eltern, Betreuer und Gäste sind in der Gastromeile herzlich willkommen. Beim gemütlichen Zusammensein kannst du auch noch mehr über die beiden Projekte und natürlich das Schlussresultat des Laufes erfahren.	

- 1**
 Start- und Zielraum bei der Schlossmühle unterhalb Schloss Frauenfeld
 – Startnummernausgabe
 – Verpflegungsmöglichkeit
 – WC
 – Umkleideplatz
 – Sanitätsposten
 – Infos und Verpflegung nach dem Lauf

- 2**
 – Wendepunkt, grosse Runde
 – Möglichkeit zur Verpflegung

- 3**
 – Wendepunkt kleine Runde und Sanitätsposten

- 4**
 Hallenbad Frauenfeld
 – Duschen (nur mit Bon gratis)

- 5**
 Parkplätze beim Marktplatz und bei der Badi Frauenfeld

- 6**
 Bahnhof SBB

- 7**
 Bahnhof FW

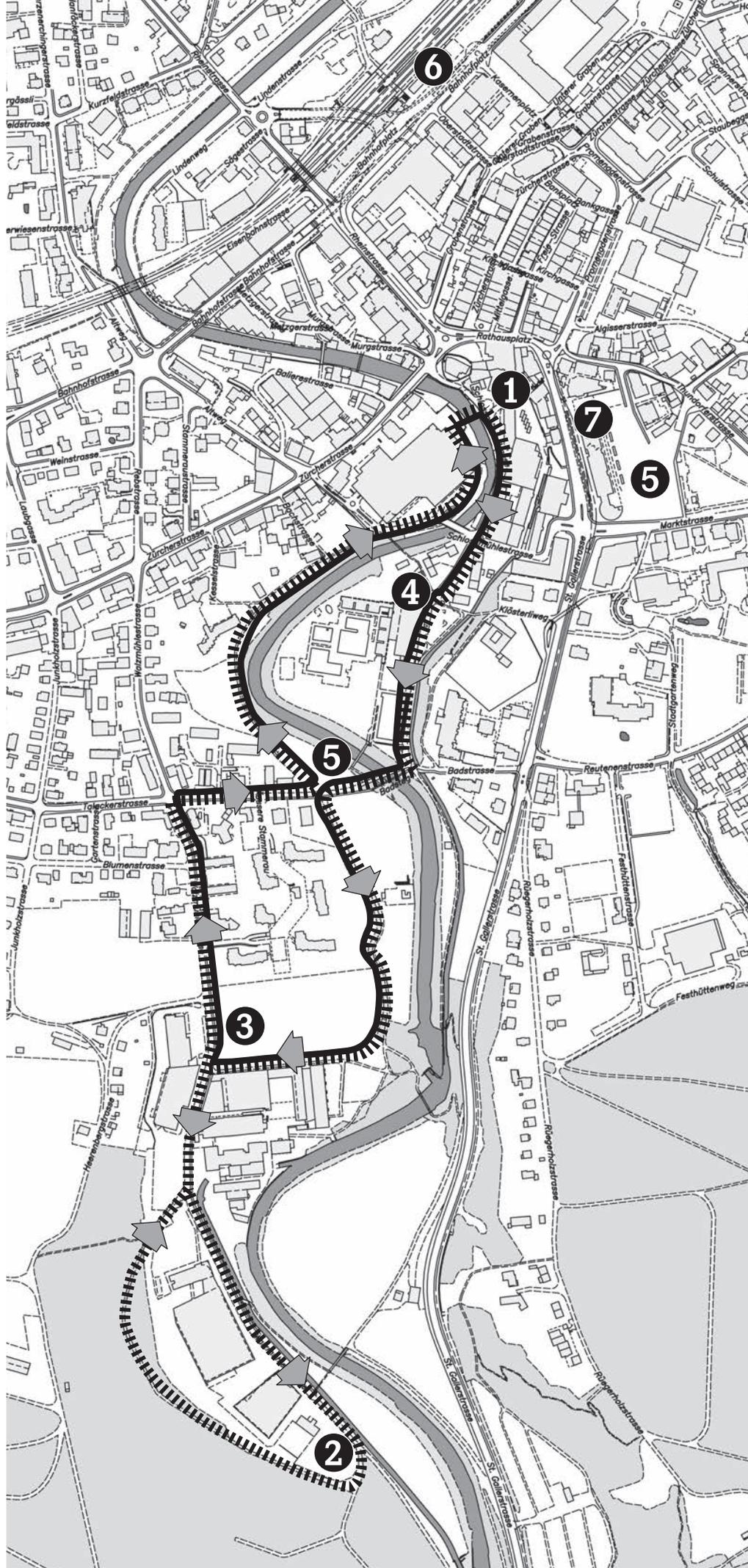
 Kinderstrecke = 2,15 km

 Erwachsenenstrecke = 3,30 km

 Laufrichtung

Strecken- und Programmänderungen vorbehalten

Verein Frauenfelder 2 Stunden Lauf



Auskunft

Sekretariat Zürcherstrasse 180 (Frauenfelder Woche) 8501 Frauenfeld www.2-stunden-lauf.ch info@2-stunden-lauf.ch