

course d'Alsace

Peter Weber Gedächtnislauf
50-km Spendenlauf



laufendhelfen.de

Samstag 1. Mai 2010



Wissembourg



Rastatt



Start	10 :00 Uhr Wissembourg (Place de la Republik)
Ziel	ca. 16:30 Uhr Rastatt-Wintersdorf (Laufwelt)
Startgeld (Spende)	Das Startgeld (Spende) beträgt (mindestens) 0,40 €/km (20,- €) und wird zusammen mit der Anmeldung entrichtet sowie durch eine Spendenbescheinigung quittiert.
Anmeldung	Unter www.laufendhelfen.de oder direkt in der Laufwelt .
Streckenführung	Wissembourg – Linge de la Lauter – Scheibenhard – Neewiller – Mothern – Munchhausen – Paminaweg – Rheinübergang – Rastatt-Wintersdorf
Spendenlauf	Die Veranstaltung hat einen sozialen Hintergrund. Das Startgeld wird ohne Abzug an den Verein „ aktion benni & co e.V. “ weitergeleitet.
Genuss- und Erlebnislauf	Im Vordergrund steht das Laufen in der Gruppe ohne Wettkampfstress. Dabei erleben wir neben der Schönheit der Natur auch die Möglichkeit der Kommunikation während des Laufens.
„Ultra-Erlebnis“	Wir bieten ideale Bedingungen (Gruppenlauf, flache Strecke, landschaftliche Höhepunkte) für „Ersttäter“, die Schallmauer des Marathons zu durchbrechen.
Lauftempo	Wir werden in moderatem Tempo (7 – 8 km/h) unterwegs sein. Regelmäßige kurze Gehpausen sorgen für die Regeneration während des Laufes. Natürlich geht das nicht ganz untrainiert. Um mit lachender Miene im Ziel anzukommen, sollte der Teilnehmer schon in der Lage sein, die Marathondistanz in ca. 4:15 h zu laufen.
Verpflegung	Es wird <u>keine</u> Verpflegungsstellen an der Strecke geben. Jeder Teilnehmer führt seine notwendige Verpflegung (Essen, Trinken (min. 1, 5 l)) in einem persönlich getragenen Laufrucksack mit.
Gepäcktransport	Jeder Teilnehmer kann am Start eine kleine Sporttasche zum Transport zum Ziel aufgeben. (Abgabeschluss 9:50 Uhr)
Duschen	Nach dem Zieleinlauf können die Duschanlagen der Laufwelt genutzt werden.
Genuss nach dem Lauf	Die Teilnehmer des Spendenlaufes sind nach dem Zieleinlauf in der Laufwelt zum Auffüllen der Energiereserven eingeladen.
Sie brauchen noch Tipps??	Gerne geben wir unsere Ultralaufberatung an die Teilnehmer weiter. Fragen werden gerne und schnell am Telefon oder per eMail beantwortet.
Ganz wichtig, das Kleingedruckte	Jeder Teilnehmer nimmt auf eigene Verantwortung an der Veranstaltung teil und versichert gut trainiert und bei voller Gesundheit zu sein. Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Unfälle, Diebstähle und sonstige Schäden. Es wird darauf hingewiesen, dass die Straßenverkehrsordnung gilt. Bei Gefahr für Gesundheit oder bei Überforderung behält sich die Laufleitung vor, betroffene Teilnehmer aus dem Lauf zu nehmen. Durch Überweisung des Organisationsbeitrages gilt diese Vereinbarung als gelesen und akzeptiert. Der Teilnehmer erkennt damit den Haftungsausschluss des Veranstalters an. Keine Erstattung der Startgebühr (Spende) bei Nichtteilnahme möglich.

www.laufendhelfen.de

Bitte wenden ➔

Was ist *laufendhelfen.de e.V.* ?

Die Idee, behinderten Menschen Hilfe durch die eigene Freude am Laufen zu Teil werden zu lassen, stammt von Rudolf Mahlburg. Er und seine Frau Brigitte, die schon mal Hunderte Kilometer durch die Wüste rennen oder auf zwei Beinen die Nacht zum Tage machen, stellen ihre Kraft in den Dienst von Hilfsorganisationen.

Dem Verein *laufendhelfen.de e.V.* liegt der Gedanke zu Grunde: was wäre, wenn jeder Schritt, jeder Kilometer, jede Wettkampfstrecke Menschen gewidmet würde, die Hilfe benötigen?

Ihre Initiative will Akzente setzen und beim Wort genommen werden. Nach dem Motto „Nicht mehr „nur“ laufen, sondern „laufend helfen“, wollen sie ihre „Ausdauer beim Helfen“ unter Beweis stellen.

Laufendhelfen.de e.V. will mit seinen Aktivitäten auf die Notwendigkeit der Unterstützung behinderter Menschen aufmerksam machen und so Spender, Sponsoren und Mäzene für seine Idee gewinnen.

Wer ist „aktion benni & co e.V.“ ?

Der Verein „aktion benni & co e.V.“ hat sich zur Aufgabe gemacht, die Forschung auf dem Gebiet der immer noch unheilbaren Krankheit „Duchenne Muskeldystrophie“ (DMD) zu fördern. Der Course d’Alsace soll die Hoffnung, den Duchenne-Kindern durch ein wirkungsvolles Medikament zu einem unbeschwerten Leben zu verhelfen, unterstützen.

Was ist DMD - „Duchenne Muskeldystrophie“?

Sie ist vor allem eins: unheilbar, derzeit noch. Von 3.500 neugeborenen Jungs hat einer diese genetische Krankheit. Er entwickelt sich normal, zunächst. Doch bald merken die Eltern, dass ihr Sohn nicht so schnell laufen, nicht so gut klettern kann wie seine Altersgenossen. Der Junge wirkt tollpatschig, gilt womöglich als faul. Erst die Diagnose schafft Klarheit: Rollstuhl mit acht bis zehn Jahren, maschinelle Beatmung als Teenager, ein früher Tod. Duchenne ist fortschreitend. Die 3.500 betroffenen Kinder in Deutschland (weltweit eine halbe Million) haben nicht viel Zeit. Die Forschung ist ihre einzige Hoffnung. Sie ist auf einem guten Weg. Aber sie braucht Geld. Spendengeld.

aktion benni & co e.V., im Kern ein Verein von Eltern mit Duchenne-Jungen, arbeitet unermüdlich daran, Spenden für seriöse Wissenschaftler heranzuschaffen. Der Verwaltungsaufwand ist minimal - ein Spenden-Euro geht fast ohne Abzug an die geförderten Forschungs-Projekte (<http://www.benniundco.de/>).

Alle Fragen bzgl. Spenden, Sponsoring, Interviews, Krankheitsbild etc. beantworten Brigitte und Rudolf Mahlburg unter 2008@laufendhelfen.de, Telefon +49(0)7221/54 51 3 oder +49(0)172-75 88 125 .

Spendenkonto:

laufendhelfen.de e.V.
Volksbank Baden-Baden Rastatt eG
BLZ 662 900 00
Konto 569 014 00
BIC/SWIFT: VBRADE6K
IBAN: DE5066290000056901400
Stichwort: DMD-Kinder + Name

Ihr Name und Anschrift (dann bekommen Sie auch eine Spendenquittung)

Hier kann man mehr erfahren	Rudolf Mahlburg Litzlunger Strasse 74a D-76547 Sinzheim Tel. +49(0)172-75 88 125 eMail 2008@laufendhelfen.de	LAUFWELT - ALLES RUND UMS LAUFEN Beinheimerstraße 11 D - 76437 Rastatt-Wintersdorf Tel +49(0)7229 / 6 99 42 2 eMail info@laufwelt.de
------------------------------------	---	--

www.laufendhelfen.de

Bitte wenden ▶