

### Strecke / Start und Ziel

Flache, schnelle und bestenlistenfähige Strecke (Asphalt) durch den Stadtkern von Süßen. Start und Ziel befindet sich auf der Heidenheimer Straße unweit des Süßener Rathauses.

### Zeitmessung

Die Zeitmessung erfolgt über einen Magnetchip der an Ihrem Schuh an der Schnürung befestigt wird. Beim Zieleinlauf wird Ihre Zeit automatisch durch auf dem Boden liegende Sensorplatten registriert. Bitte beachten Sie, dass Sie beim Zieleinlauf diese Platten überlaufen. Zeitmesschips die am Handgelenk, Hosentasche etc. getragen werden, können nicht erfasst werden.

### Chiprückgabe

Die Chiprückgabe erfolgt unmittelbar nach dem Zieleinlauf. Helferinnen und Helfer nehmen Ihnen den Chip ab. Sollten Sie das Rennen vorzeitig beenden oder kurzfristig nach Erhalt der Startunterlagen nicht starten können, so bitten wir Sie die Zeitmesschips im Zielbereich bei den Helferinnen und Helfern abzugeben.

### Startunterlagenausgabe

Die Startunterlagen mit Zeitmesschip, Startnummer und Sicherheitsnadeln erhalten Sie am 9. Juli 2023 zwischen 14:00 Uhr und 17:00 Uhr im Rathausgarten in Süßen. Die Startnummer ist nicht übertragbar und gut sichtbar auf der Brust zu tragen. Der Zeitmesschip ist am Schuh zu befestigen. Wer keine Startnummer trägt und / oder ohne Zeitmesschip startet, wird nicht gewertet.

### Ergebnisliste und Urkunden

Die Ergebnislisten sind am nächsten Tag online über diese Homepage abrufbar.

### Umkleide- und Duschkmöglichkeiten

Umkleide- und Duschkmöglichkeiten finden Sie in der neuen Kultur- und Sporthalle der Stadt Süßen (Sommerauweg 11, 73079 Süßen).

### Bewirtung

Der Stadtlauf wird im Rahmen des Süßener Stadtfestes ausgerichtet. Das Ausdauersportteam Süßen bietet im Rathausgarten unterschiedliche Speisen und Getränke an.

### Helferinnen und Helfer

Wir bitten Sie den Anweisungen unserer Helferinnen und Helfer, der örtlichen Feuerwehr und der Polizei zu folgen. Unsere Helferinnen und Helfer sind durch einheitliche Shirts zu erkennen. Wir bedanken uns für die zahlreichen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer ohne die der WMF BKK Stadtlauf Süßen nicht stattfinden könnte. Sollte es zu organisatorischen Problemen gekommen sein, so bitten wir dich deinen Unmut nicht gegenüber den Helferinnen und Helfern auszudrücken, sondern wende dich bitte an [info@ast-suessen.de](mailto:info@ast-suessen.de)

### Startgebühr

Die Startgebühr ist bei Abholung der Startunterlagen am Veranstaltungstag in bar zu entrichten.

### Trainingszeiten

#### Montag

18:00-19:30 Uhr, Bahntraining  
Lautertalstadion Donzdorf  
Leistungssport / Triathlon / Jugend  
(Umkleide- und Duschkmöglichkeiten: in der Lautertalhalle)

#### Mittwoch

09:15-10:15 Uhr, Lauftreff vormittags  
Schlater Wald (Parkplatz „Große Eiche“)  
Breiten- und Freizeitsport  
In Verbindung mit Nordic Walking

18:00-19:30 Uhr, Lauftreff abends  
Sport- und Kulturhalle, Süßen  
Breiten- und Freizeitsport

#### Samstag

17:00-18:30 Uhr (Sommerzeit)  
15:00-16:30 Uhr (Winterzeit)  
Lauftreff, Breiten- und Freizeitsport  
Schlater Wald (Parkplatz „Große Eiche“)  
In Verbindung mit Nordic Walking (nicht geleitet)

### Trainerin / Trainer

Leistungssport / Triathlon / Jugend:  
Jochen Frech  
  
Breiten- und Freizeitsport:  
Renate von Eiff (Lauftreff Mittwoch vormittags)  
Uli Kielkopf (Lauftreff Mittwoch abends)  
Annette Schweiß (Lauftreff Samstag)  
Dieter Pflüger (Lauftreff Samstag)

## ... .. null auf 21

Mein erster Halbmarathon

### Information

Laufen muss Spaß machen!

Mit diesem Motto bereiten wir Sie erfolgreich auf Ihren ersten Halbmarathon vor. Sie werden in familiärer Atmosphäre von professionellen Laufbetreuerinnen und Laufbetreuern auf dieses große Ziel vorbereitet.

### Ihre Vorteile bei „null auf 21“:

- Persönliche Betreuung von Anfang bis Ende
- Erfahrene Laufbetreuerinnen und Laufbetreuer
- 2 x pro Woche geleitetes Training
- Kleine Laufgruppen (ca. 20 Personen)
- Vorträge und Workshops mit praktischen Übungen
- Versicherte unseres Kooperationspartners WMF BKK profitieren von einer sportmedizinischen Untersuchung

### Achtung

Am Veranstaltungstag sind die tagesaktuell gültigen Corona-Richtlinien zu beachten. Wir behalten uns daher vor, dass Durchführung und Örtlichkeiten von Start/Ziel, Startunterlagenausgabe, Siegerehrung, Verpflegung etc. abweichen können.



Ausdauersportteam Süßen

Leidenschaft | Teamgeist | Erfolg



## Samstag, 8. Juli 2023 25. WMF BKK Stadtlauf Süßen

- Staffellauf 10 x 75 m
- Domino's Pizza  
Schüler- & Jugendlauf 1,8 km
- Schutzengellauf 0,9 km
- WMF BKK  
5 km Gesundheitslauf
- WMF BKK 10 km Fitnesslauf



[www.ast-suessen.de](http://www.ast-suessen.de)  
[www.suessener-stadtlauf.de](http://www.suessener-stadtlauf.de)

