SEELBACH SCHWARZWALD SONNWENDLAUF

21. Juni 2024

Sporthalle Seelbach

16:30 Kinderlauf

19:00 LaufLOS Charity Run
3 km

20:00 Uhr Hauptlauf
10 km
2x5 km Staffel

TV SEELBACH von 1898

2024 GENEHMIGTER LAUF BESTENLISTENFÄHIGE STRECKE

Infos & Anmeldung unter:
www.sonnwendlauf-seelbach.de

Alpirsbacher KLOSTERBRÄU

Julabo – The Temperature Control Company

Volksbank Lahr

E-Werk Mittelbaden

teammcs – digital. media. creators.

SPORT SERVICE Lahr

Schnitzer – intelligent ernähren

RUBINMÜHLE

Getränke KLOOS – Getränkevertrieb GmbH

Sonnwendhock... *ab 17.00 Uhr bei der Sporthalle Seelbach.*
Es bewirten Sie Seelbacher Vereine mit einem vielfältigen Angebot. Große Kuchentheke!
Viel Vergnügen!!!

Organisation

TV Seelbach *mit freundlicher Unterstützung:*

- *Gemeinde Seelbach • FSV Seelbach • Pfadfinder Seelbach*
- *Feuerwehr Seelbach • DRK Seelbach • Tennisclub Seelbach*
- *Skiclub Seelbach • Musikvereine Seelbach und Wittelbach*
- *Kath. Pfarrgemeinde*

Ausschreibung

Wann:	Freitag, 21. Juni 2024
Wo:	Sporthalle Seelbach
Startzeit:	20.00 Uhr
Strecke:	2 Runden à 5 km = 10 km flache Strecke (offiziell vermessen)
Zeitmessung:	Automatische Zeiterfassung mit Startnummern-Chip der Firma Race Result Timing BW GmbH
Wertungen:	• Gesamtsieger Frauen und Männer • Altersklassen nach DLV • Teams • Staffeln
Startberechtigung:	Hauptlauf ab U14 Staffel ab U12
Siegerehrung:	Im Anschluss an den Lauf in der Sporthalle
Preise:	Preise für die »ersten 3 Plätze« aller Wertungen im Gesamtwert von über 3000,– €
Preisgeld:	Gesamtsieger Frauen und Männer: 1. Platz 100,– €, 2. Platz 75,– €, 3. Platz 50,– €
Startgeld:	Erwachsene 15,– € (inkl. DLV-Abgabe) Jugendl.* 12,– € (keine DLV-Abgabe) Staffel 25,– € Charity-Lauf 12,– € Kinderläufe 5,– €
Startgeld Nachmeldung:	Erwachsene 19,– € (inkl. DLV-Abgabe) Jugendl.* 15,– € (keine DLV-Abgabe) Staffel 29,– € Charity-Lauf 15,– € Kinderläufe 7,– €

** bis einschließlich Jahrgang 2005*

Teilnehmerlimit:	700 Läufer beim 10 km-Lauf 2 x 100 Läufer beim Staffellauf

Massageservice im Ziel durch Physiotherapieschule DAA Lahr

SEELBACH SCHWARZWALD SONNWENDLAUF

Anmeldung

*Unter **www.sonnwendlauf-seelbach.de***
Online-Anmeldung bis 16. Juni 2024 möglich.
*Alle online angemeldeten Läufer erhalten eine **attraktive Startertüte.***
Nach erfolgter Zahlung der Startgebühr werden Sie in die Starterliste übernommen.
Nachmeldung:
Vor Ort am Veranstaltungstag zwischen 16.30 – 19.00 Uhr.

Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.
Der Veranstalter haftet nicht für Schäden an dritten Personen.
Teilnahmebedingungen siehe in der Online-Anmeldung.

Staffel

2 Läufer(innen), jede(r) läuft eine Runde à 5 km.
Es gibt vier Kategorien (Damen, Herren, Mixed, Jugend), geehrt werden die 3 schnellsten Staffelteams.

Charity-Lauf

Startzeit:	19.00 Uhr
Strecke:	3 km
Startberechtigung:	ab U10
Startgebühr:	12 € (beinhaltet bei Online-Voranmeldung ein Erinnerungs-Shirt)
Nachmeldungen:	am Veranstaltungstag möglich

Keine Zeitmessung

Teams

Ein Team besteht aus 3–5 Läuferinnen/Läufern. Die jeweils »Besten 3« werden gewertet. Gewertet werden folgende Kategorien:

- ***Teamwertung Schuttertäler Vereine***
- ***Teamwertung Externe Vereine***
- ***Teamwertung Frauen***
- ***Teamwertung Firmen***
- ***Teamwertung Jugend***

Streckenrekorde

100,- *Prämie für das Erreichen eines neuen Streckenrekords für Männer und Frauen*
*Diesen halten **Simon Stützel** mit **30:41 min.** (2022)*
*und **Svenja Abel** mit **34:49 min.** (2015)*

KINDERLAUF

Start:

16:30 Uhr	Jahrgang 2018 und jünger, **weiblich u. männlich** 1 x weiße Runde	⚪
16:45 Uhr	Jahrgang 2017, **weiblich u. männlich** 1 x weiße Runde	⚪
17:00 Uhr	Jahrgang 2016/2015, **weiblich** 1 x blaue Runde	🔵
17:15 Uhr	Jahrgang 2016/2015, **männlich** 1 x blaue Runde	🔵
17:30 Uhr	Jahrgang 2014/2013, **weiblich** 2 x blaue Runden	🔵
17:45 Uhr	Jahrgang 2014/2013, **männlich** 2 x blaue Runden	🔵
18:00 Uhr	Jahrgang 2012/2011, **weibl. u. männl.** 2 x rote Runden	🔴

Weiße Runde = 333 m • Blaue Runde = 700 m • Rote Runde = 1000 m

*Ausführliche Informationen zur **Kinderlauf-Anmeldung** finden Sie unter www.sonnwendlauf-seelbach.de*

Startgeld: 5,– €

Die ersten 250 Anmeldungen erhalten ein tolles T-Shirt!

Sonnwendhock

... ab 17.00 Uhr bei der Sporthalle Seelbach.
Es bewirten Sie Seelbacher Vereine mit einem vielfältigen Angebot. Große Kuchentheke!
Viel Vergnügen!!!

Wilkommen in Seelbach

Seelbach ist der Mittelpunkt des Schuttertals und die größte Gemeinde mit knapp 5000 Einwohnern. Eingebettet in eine malerische Landschaft zwischen Wiesen, Wäldern und Tälern findet man in Seelbach eine gut entwickelte Infrastruktur mit Einzelhandel, Gewerbe, Bildungseinrichtungen, ärztlicher Versorgung und vielem mehr, was eine hohe Lebensqualität garantiert.

Neben dem Seelbach-Schwarzwald-Sonnwendlauf kann die Gemeinde mit einem äußerst engagierten Vereinsleben punkten und wartet mit einer Vielzahl weiterer kultureller Höhepunkte auf, so zum Beispiel der historische „Kätterlismärkt“ am Wochenende um den Totensonntag oder die Freilichtspiele im September.

Das Familienbad, die Burgruinen Hohengeroldseck und Lützelhardt sowie ein breites gastronomisches und touristisches Angebot mit dem Ferienparadies Schwarzwälder Hof, vielen Ferienwohnungen und Gaststätten locken Jahr für Jahr viele Touristen nach Seelbach.

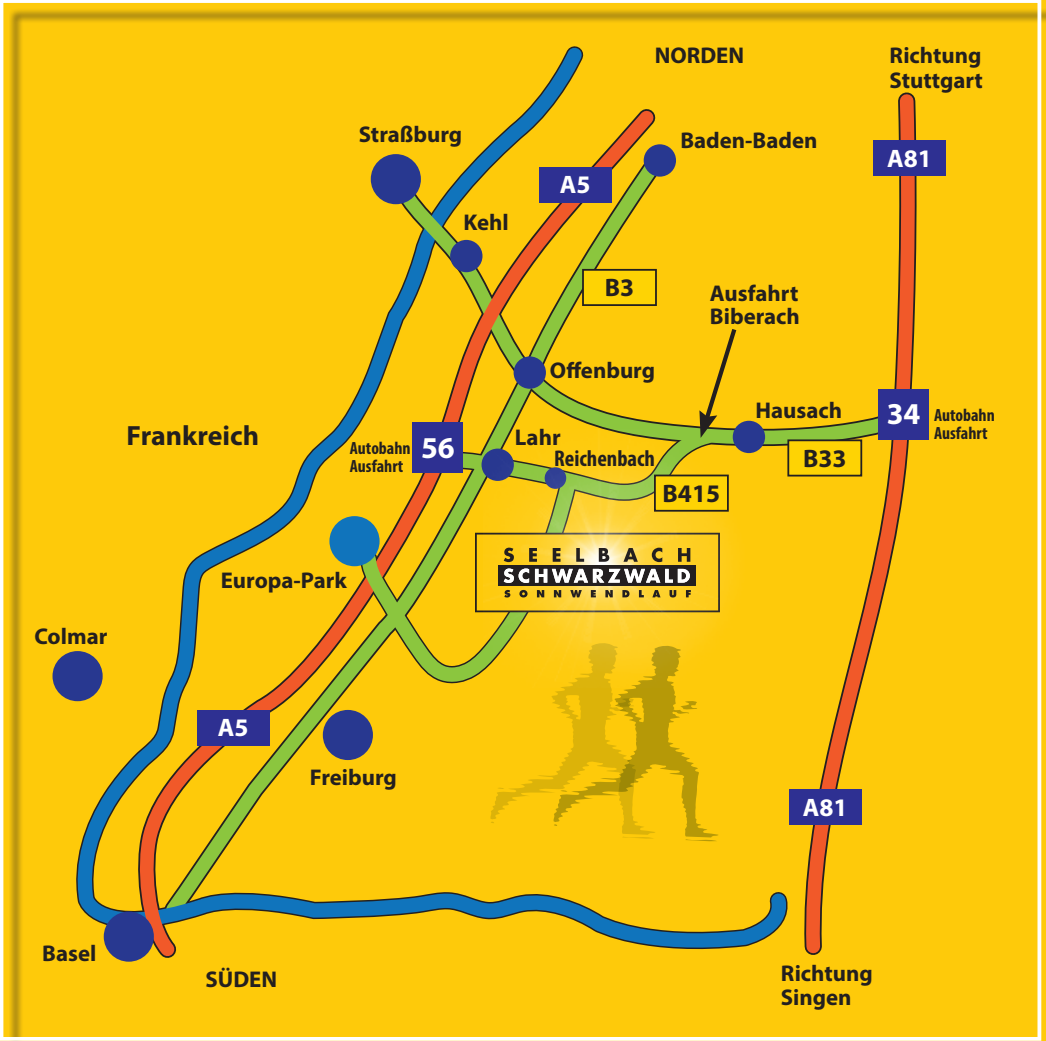
Zusammengefasst lässt sich sagen: Seelbach liegt richtig!

SEELBACH

... liegt richtig!

Strecke

Anreise & Parken



Fahrrad

Aus Richtung Lahr kommen dem Radweg Rhein – Schuttertal folgen. Der gesamte Radweg ist durch ein weißes Schild mit grünem Fahrrad ausgeschildert.

Fahrradstellplätze sind hinter der Sporthalle (Start – Zielbereich) vorhanden.

Öffentliche Verkehrsmittel

Bahnhof Lahr (Schwarzwald): Mit der Bahn bis zum Bahnhof Lahr. Anschließend mit dem Linienbus L106 direkt nach Seelbach.

ACHTUNG!: **Die aktuellen Bahn- und Busverbindungen zwischen Ihrem Wohnort und Seelbach und für die Rückfahrt erfahren Sie bei der Fahrplanauskunft der Deutschen Bahn und der SWEG.** Stand April 2024

Auto

A 5 (Karlsruhe - Basel): Ausfahrt 56 (Lahr) – der Ausschilderung folgen bis Seelbach.

A 81 (Stuttgart – Singen): Ausfahrt 34 (Rottweil), anschließend auf den Bundesstraßen 462, 294, 33 und 415 durch das Kinzigtal. Die Ausfahrt Biberach Richtung Lahr nehmen und über den Schönberg bis zum Kreisverkehr Reichenbach fahren und die zweite Ausfahrt nach Seelbach nehmen.

P1 **Parkplatz 1– EDEKA Kohler:** Dieser Parkplatz befindet sich am Ortseingang (von Lahr kommend), die Zufahrt ist zeitlich uneingeschränkt frei.

P2 **Parkplatz 2 – Firma Julabo:** Der Parkplatz ist über die Eisenbahnstraße zu erreichen – Zufahrt frei bis 18:00 Uhr.

P3 **Parkplatz 3 – Hinter der Sporthalle:** Der Parkplatz ist über die Eisenbahnstraße und den Eisweiherweg zu erreichen – Zufahrt frei bis 18:00 Uhr.

P4 **Parkplatz 4 – Firma Altenburger:** Die Anfahrt ist über die Hauptstraße, Tretenhofstraße, Dautensteinstraße, Litschentalstraße und den Schloßweg möglich – Zufahrt frei bis 18:00 Uhr.

P5 **Parkplatz 5 – Am Sportplatz:** Dieser Parkplatz befindet sich beim Sportgelände des FSV Seelbach und ist über die Hauptstraße, Tretenhofstraße, Dautensteinstraße zu erreichen – Zufahrt frei bis 18:00 Uhr.

ACHTUNG!: **Bitte beachten Sie die am Lauftag eingerichteten Straßensperrungen vor, während und nach der Veranstaltung.**

LaufLOS

Sonnwendlauf - Charity Run

Mit „LaufLOS – der Sonnwendlauf-Charity Run“ wurde 2023 ein zusätzliches Angebot mit in das Veranstaltungsprogramm aufgenommen. Der Lauf führt über die Distanz von drei Kilometer, findet ohne Zeitmessung statt und ganz nebenbei können alle Teilnehmer nicht nur etwas für die eigene Fitness tun, sondern unterstützen automatisch einen guten Zweck.

Start und Ziel ist wie bei allen anderen Distanzen an der Seelbacher Sporthalle Seelbach. Der Startschuss für den Charity Run fällt um 19 Uhr und damit eine Stunde vor dem Hauptlauf.

Wir freuen uns bereits jetzt wieder auf viele begeisterte Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die miteinander einen unvergesslichen sportlichen Abend verbringen möchten. Gelaufen wird eine Strecke von 3,02 km ohne Zeitnahme und somit gänzlich ohne Druck. Alle Starter absolvieren einen Teil der Originalstrecke und kommen somit auch in den Genuss des einzigartigen Sonnwendlauf-Flairs!

In der Startgebühr von 12 Euro enthalten ist auch ein exklusives Charity Run-Shirt, das vor Beginn des Laufes verteilt wird und das alle Läuferinnen und Läufer auf der Strecke tragen werden.

Sei dabei - lauf die 3!

- für einen guten Zweck
- für Eure Gesundheit
- alleine für Euch zur Erfüllung von persönlichen Wünschen und Zielen
- oder gemeinsam mit der Familie, mit Freunden, Arbeitskollegen oder im Team!

Auch 2024 unterstützen wir wieder das Wünschewagen-Projekt des ASB Südbaden, 10 € der Startgebühr fließen direkt dem guten Zweck zu!

Wir sehen uns in Seelbach!

Der gute Zweck:
Das Wünschewagen-Projekt des ASB Südbaden

Der Erlös aus dem Sonnwendlauf-Charity Run fließt an einen guten Zweck: So wird das Wünschewagen-Projekt des Arbeiter-Samariter-Bundes e.V. Region Südbaden unterstützt. Schwerstkranken Menschen in ihrer letzten Lebensphase einen besonderen Wunsch zu erfüllen – das ist die Aufgabe des ASB-Wünschewagen. Seit 2014 bringen engagierte Samariterinnen und Samariter mithilfe des ausschließlich aus Spenden finanzierten Projekts Menschen am Ende ihres Lebens gut umsorgt noch einmal an ihren Lieblingsort. Der neue Wünschewagen wurde im März im Rahmen einer Feierstunde in Offenburg an die Region Südbaden übergeben. Somit können von der Ortenau bis zum Hochrhein, vom Schwarzwald-Baar-Kreis bis zum Bodensee allen bedürftigen Menschen in ihrer letzten Lebensphase nochmals die innigsten Wünsche erfüllt werden.

Als Seelbach-Schwarzwald-Sonnwendlauf unterstützen wir mit unserem Charity Run sehr gerne dieses außerordentlich tolle Projekt.

Auch beim ASB Südbaden freut man sich riesig über die tolle Unterstützung aus Seelbach. „Gemeinsam sind wir stark – so lautet nicht nur das Motto des Arbeiter-Samariter-Bundes, es ist bei uns auch gelebte Tradition. Wir freuen uns, dass wir am diesjährigen Sonnwendlauf wieder als aktives ASB-Team teilnehmen können. Gemeinsam möchten wir somit unser Herzensprojekt ´Wünschewagen´ in der Region weiter stärken“, äußerte sich Patrick Scholder, Geschäftsführer des Arbeiter-Samariter-Bundes e.V. Region Südbaden.

Der Wünschewagen
Letzte Wünsche wagen

LaufLOS – der Sonnwendlauf-Charity Run wird unterstützt von:

SPORT SERVICE Lahr

HOLIDAY HEIMTEX

RUNNER'S WORLD

sportmedizin dr.may

Nachhaltigkeit

Unser Lauf soll nach den Kriterien der Nachhaltigkeit geplant, organisiert und umgesetzt werden.

Wir sind uns dessen bewusst, dass wir mit der Veranstaltung eines Volkslaufes auch eine Umweltbelastung auslösen. Um die Auswirkungen gering zu halten und eine ökologisch verträglichere Veranstaltung zu organisieren, haben wir uns selbst anhand einer Checkliste verschiedenen Qualitätskriterien gestellt.

Die Checkliste umfasst Maßnahmen aus den Bereichen:

A. Ressourcen

B. Abfall

C. Mobilität

D. Verpflegung

E. Energie

F. Kommunikation

G. Lärm

H. Soziale Verantwortung und Bonus

Welche Punkte wir für ein „Green Event“ bereits umgesetzt haben, findest du auf unserer Homepage unter „Nachhaltigkeit“.

Selbstverständlich sind wir nicht perfekt und wir haben es auch noch nicht geschafft, klimaneutral zu sein. Es ist aber unsere Motivation, besser zu werden, daran arbeiten wir.

Wenn du weitere Ideen und Anregungen hast, dann melde dich sehr gern bei uns.

Kontakt:

TV Seelbach von 1898 e.V.

Ludwig-Auerbach-Straße 2 | 77960 Seelbach
Telefon: +49 7823 960291 | **Telefax:** +49 7823 960292
E-Mail: info@sonnwendlauf-seelbach.de

Abbildung: Freepik