



3. „Nacht im Grünauer Forst“ unter dem Motto: „Run For Kenya“



**Samstag, 25. Mai 2013
ab 18 Uhr**

Berlin-Grünau/Karolinenhof

500 m

**„Grünauer Meile“
(mit Teamwertung)**

5 km und 10 km

Der Verein „Kind&Kegel“ lädt ganz herzlich zur „3. Nacht im Grünauer Forst“ am 25. Mai 2013 ein. Nachdem wir bei der ersten Ausgabe unseres Abendlaufs unter dem Motto „Run for Japan“ Spenden für die Nobiri Elementary School nach der Tsunami-Katastrophe gesammelt hatten, stand der Lauf im letzten Jahr im Zeichen von „Run for Kenya“, womit wir die Aktivitäten des Boston-Marathonsiegers Wesley Korir und seiner „Kenyan Kids Foundation“ unterstützten. Auch 2013 steht der Lauf unter diesem Motto.

Die **Teilnahme an unserem Lauf ist kostenfrei**, wir bitten aber um Spenden für dieses Charity-Projekt, das den Betrieb eines Krankenhauses in Biribiriet in Kenia sowie Stipendien für bedürftige kenianische Kinder an High Schools unterstützt. Die großartigen Erfolge dieser Projekte haben uns bewegt, wieder für die „Kenyan Kids Foundation“ zu sammeln. 1000 US\$ konnten wir auf Grund Ihrer Spenden im letzten Jahr zur Stiftung schicken. Wir hoffen, dass wir auch in diesem Jahr ähnlich erfolgreich sind. **Die Kinder in Kenia haben es verdient!**



Dabei wollen wir auch die Kinder vor Ort als aktive Teilnehmer verstärkt in unsere Veranstaltung einbinden und haben deshalb für Schüler bis zur 6. Klasse einen **Team-Wettbewerb** ausgeschrieben, der bereits bei seiner Premiere im letzten Jahr ein großer Erfolg war. Bei diesem Wettstreit zählt das gesamte Team einer Klasse, wobei jedes (!) Mitglied in gleicher Weise zum Erfolg beiträgt. Denn die Anzahl der Mitglieder eines Teams im Ziel zählt. Und damit sich die Teilnahme auch lohnt, haben wir über Sponsoren **Preissummen von 150 €, 100 € und 50 €** für die Klassenkassen der erstplatzierten Teams ausgesetzt. Die Teilnahme kann sich also lohnen.

Ausschreibung und Informationen:

Veranstalter: Kind&Kegel Eichwalde e.V.

Homepage des Laufs: www.hwrun.de

Termin und Ort: Samstag, 25. Mai 2013

Berlin-Grünau, **Ortsteil Karolinenhof**
Start und Ziel in der Nähe der Regattastraße
gegenüber des Ruderclubs „Rotation“.

Programm: 18:00 Uhr 500 m-Lauf für Kinder

18:20 Uhr „Grünauer-Meile“ für Schüler
Team-Wettbewerb für Klassen

19:00 Uhr 5 km- und 10 km-Lauf

Den Startschuss gibt **Günter Hallas**, Sieger des 1. Berlin-Marathons 1974.

Ergebnisse: Die Zeitnahme erfolgt manuell und durch Video der Zielkamera. Die Ergebnisse gibt es nach dem Lauf per Aushang und im Internet. verfügbar. Bitte tragen Sie die Startnummer im Brustbereich und gehen nach dem Einlauf zügig durch den **kompletten Zielkanal** zur Erfassung ihrer Daten.

Anmeldung: Kostenlose Anmeldung zum Lauf über die Homepage des Laufs unter: www.hwrun.de

Für den **Team-Wettbewerb der Klassen** ist eine Sammel-Meldung erforderlich, per Liste oder per E-Mail an: nachtlauf2013@hwrun.de

Hier zählen alle Mitglieder einer Klasse, die das Ziel der „Grünauer Meile“ erreichen. Neben den Schülern einer Klasse sind auch Geschwister, Eltern sowie Lehrer startberechtigt.

Für den **Team-Wettbewerb** ist eine **Voranmeldung** bis einen Tag vor dem Lauf (24.5.2013) erforderlich!

Nachmeldungen: Sind am Veranstaltungstag außer für den Team-Wettbewerb ab 16:30 Uhr bis 20 Minuten vor dem jeweiligen Start möglich. Bitte unterstützen Sie uns bei der Organisation durch eine zeitige Voranmeldung, die kostenfrei ist.

Verkostigung: Wasser sowie weitere Getränke, Kuchen und Würstchen sind im Angebot.

Auszeichnungen: Die Erstplatzierten aller Läufe erhalten Urkunden und Sachpreise, wobei die Siegerin und Sieger des Hauptlaufs über 10 km zusätzlich ein Jahresabonnement des **Laufmagazins RUNNING** erhalten.

Für den **Team-Wettbewerb** der Klassen gibt es:
1. Preis: 150 € 2. Preis: 100 € 3. Preis: 50 €
 Die Siegerehrungen finden zeitnah zu den jeweiligen Läufen statt.

Haftung: Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Für Unfälle, Diebstahl und Schäden jeder Art übernehmen die Veranstalter **keine Haftung!**

„Topläufer“: Neben den Breitensportlern liegt uns in gleicher Weise die Teilnahme von Leistungssportlern am Herzen. Läufer mit Bestzeiten unter 16 Minuten (5 km) bzw. 33 Minuten (10 km) sowie Läuferinnen unter 19 Minuten bzw. 40 Minuten können Konditionen einer Teilnahme erfragen.

Die Zusage des Siegers der letzten beiden Jahre sowie Streckenrekordlers mit 32:19 über 10 km, **Jonas Engler (LG Süd Berlin)**, liegt bereits vor.

Auftaktveranstaltung: 25. April 2013, 19 Uhr

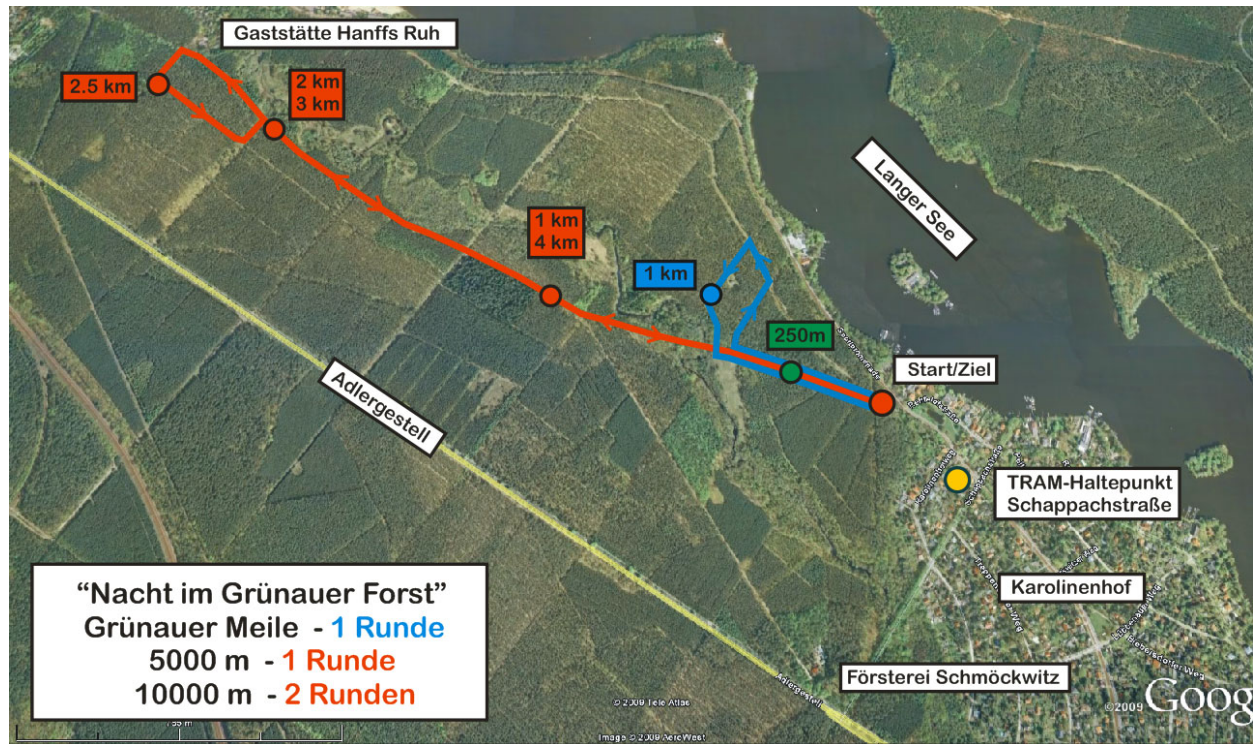
„Alte Feuerwache“ Eichwalde, Bahnhofstr.79

Lesung Hajo Schumacher: „Bewegt Euch!“

Kartenreservierungen unter: achilles@hwrn.de

Sponsoren: Wir bedanken uns für die Unterstützung von:

- **Försterei Schmöckwitz**
- **Ruderclub „Rotation“**
- **Lichtenauer Mineralquellen**
- **Ossege Versorgungstechnik**
- **Laufmagazin „RUNNING“**
- **German Road Races**
- **Berlin läuft!**



Informationen zu den Laufstrecken:

Die **Laufstrecken** befinden sich im Grünauer Forst mit Start und Ziel im **Ortsteil Karolinenhof** und sind im Luftbild markiert. Die Läufe über 5 km und 10 km werden auf einer Wendepunktstrecke von 2.5 km Länge ausgetragen. Alle Strecken sind feste Waldwege und sehr eben mit Höhendifferenzen im Bereich von wenigen Metern. Sie sind damit sehr gut zu laufen, wie der Streckenrekord über die 10 km von **Jonas Engler (OSC Berlin) mit 32:19** belegt. Die Strecke ist in Bezug auf eine 10000 m Referenzstrecke Eichwalde-Adlershof mit einem mechanischen Zähler am Fahrrad sowie GPS (Garmin GPS 76C) vermessen worden. An Start und Ziel wird die aktuelle Laufzeit auf einer Großuhr angezeigt.

Übrigens liegen unsere Strecken im Grünauer Forst in jenem Gebiet, in dem am 21.7.1984 die schnellste Zeit über die Marathondistanz eines deutschen Läufers auf deutschem Boden erzielt wurde: Jörg Peter aus Dresden lief damals tolle 2:09:14 und siegte vor Michael Heilmann (Kleinmachnow), der ebenfalls sehr gute 2:09:30 schaffte. Die Runde betrug knapp über 8 km und umrundete gewissermaßen unseren Kurs auf Adlergestell und Regattastrecke.



Die Sieger im Team-Wettbewerb 2012



Der Start zur „Grünauer Meile“ 2012

Streckenrekorde:

500m	F.Schubert 2:24	Meile F.Becker 6:41
5 km	Victoria Brandt 18:55 2011	Michael Heidenreich 16:18 2009
10 km	Kathrin Neumann 41:00 2009	Jonas Engler 32:19 2012