

19. Rostocker Frauenlauf am 21.08.2022

Eckpunkte zur Umsetzung der Laufveranstaltung unter Beachtung und Einhaltung aller Maßnahmen lt. gültiger Verordnungen der Länder für Gesundheits- und Hygienemaßnahmen

- Idee: Unter Beachtung und Einhaltung aller aktuell geltenden Bestimmungen soll der 19. Rostocker Frauenlauf am **21.08.2022** stattfinden.
Die Laufstrecke am Gehlsdorfer Warnowufer bietet auf den gegebenen Wegen ausreichend Platz für Abstand.
- Umsetzung: Der 19. Rostocker Frauenlauf findet am Gehlsdorfer Warnowufer, mit Start und Ziel neben dem Rostocker Ruder-Club von 1855 e.V. statt. Dieser Bereich bietet ausreichend Möglichkeit, dass alle Teilnehmende den Mindestabstand von 1,5m einhalten können.
- Teilnehmerinnen: **Alle Teilnehmerinnen melden** sich zum Frauenlauf **vorher elektronisch mit vollständigen Kontaktdaten** und einer schriftlichen Erklärung, dass sie fit und gesund sind, **an**.

Alle Teilnehmerinnen bekommen vorab schriftliche Informationen über den Ablauf des Laufes und alle Maßnahmen, die für den Gesundheitsschutz und Hygiene einzuhalten sind. Alle Teilnehmerinnen sind durch eine Startnummer erfasst. Nachmeldungen sind möglich. Es werden alle Daten der Teilnehmerinnen erfasst und man kann sich mit der LUCA APP vor Ort registrieren.
- Startzeiten: Wie in den Vorjahren auch, erfolgt der Start zu getrennten Startzeiten je nach Wettbewerb. Dadurch wird die Abholung der Startunterlagen, der Start und der Zieleinlauf entzerrt.
- Start 2km Schnupperlauf 10.00 Uhr
 - Start 5km Lauf + Walking 10.30 Uhr
 - Start 10km Lauf 10.30 Uhr
 - Zielschluss alle 12.00 Uhr
 - Aufbau 7:00 Uhr
 - Abbau 12:30 – 15:00 Uhr

- Strecke:** Der 19. Rostocker Frauenlauf führt vom Start- und Zielbereich vor dem Rostocker Ruder-Club entlang am Gehlsdorfer Ufer (siehe Streckenplan).
- Start:** Der Start erfolgt in den o.g. Startzeiten und als s.g. „Nettostart“. D.h., dass die Läufer nicht wie üblich dicht gedrängt an der Startlinie stehen. Jeder Läufer passiert mit Abstand den ca. 6m breiten elektronischen Startbogen. Erst hier wird die Laufzeit gestartet. D.h., er kann zum Bsp. in aller Ruhe aus einiger Entfernung und mit Abstand an den Startbogen herankommen und ganz individuell mit seinem Lauf beginnen.
- Zeitnahme:** Es gibt eine Nettolaufzeit. Diese wird vom Passieren der Startlinie bis zum Passieren der Ziellinie genommen.
- Zieleinlauf:** Es wird einen normalen Zieleinlauf der Teilnehmerinnen geben.
- Versorgung Läufer:** Für die Versorgung der Teilnehmerinnen ist eine Versorgung an drei Punkten geplant (Start-/Zielbereich, Wende 2km und auf Höhe des Warnowhotels. Die Helfer geben dort Wasser und Obst aus.
- Die Helfer an den Versorgungspunkten **arbeiten mit Mund-/Nasenschutz und Gummihandschuhen**. Sie halten zueinander und zu den Läufern **den 1,5m Mindestabstand ein**. Die Getränke werden in Bechern ausgeschenkt und das Obst in Bechern an die Läuferinnen ausgegeben. Die Entsorgung des Restmülls erfolgt durch ein Servicefahrzeug der Organisatoren.
- Veranstaltungsgelände:** Das Veranstaltungsgelände ist deutlich markiert. Schilder weisen Teilnehmende, Zuschauende, Versorger, technisches Personal sowie Sicherheits- und Rettungskräfte auf Mindestabstände hin.
- Abstand:** In jedem Fall ist der **Mindestabstand von 1,5m** zueinander einzuhalten.
- Mund-/Nasenschutz:** Es wird empfohlen, **im gesamten Veranstaltungsgelände einen s.g. Mund-/Nasenschutz zu tragen**.

- Toiletten: Es werden die Toiletten im Gebäude des Rostocker Ruder-Club genutzt. Diese sind **nur mit Mund- und Nasenschutz zu betreten**. Vor und nach der Veranstaltung erfolgt eine Reinigung. Zudem wird an den Eingängen **Desinfektionsmittel** bereitgestellt.
- Zuschauer: **Besucher und Zuschauer sind in Abhängigkeit der geltenden Landesverordnung gestattet.**
- Catering: Es gibt die Teilnehmersversorgung (s.o.) und ein kleines Catering oder Imbiss-/Getränkeverkauf durch individuelle Unternehmen.
- Siegerehrungen: Vor Ort wird es **eine kleine Siegerehrung** geben. Die Platzierten 1 – 3 werden genannt und zum Moderator gebeten. Dort stehen Urkunden, Pokale + Preise bereit, die sich selbst genommen werden können. Das persönliche Händeschütteln unterbleibt.
- Anreise: Es wird hingewiesen, auch auf der Anreise die aktuellen Gesundheits- und Hygieneregulungen einzuhalten.
- Parken: Bei der Anreise mit dem Auto sind öffentlich ausgewiesenen Parkplätze zu nutzen.
- Aufenthalt: Nach Zieleinlauf dürfen sich Läuferinnen und Zuschauende unter Einhaltung der geltenden Landesverordnung und unter Berücksichtigung des Mindestabstandes auf dem Gelände aufhalten.

Alle Umsetzungen richten sich nach den aktuell gültigen Bestimmungen. Auflagen der zuständigen Behörden werden konsequent umgesetzt.

Rostock, 17.03.2022