



TEILNEHMERINFORMATION

Liebe Teilnehmer*innen des Stuttgart-Lauf 10K,

unter dem Motto „zusammen laufen“ fällt in wenigen Tagen der Startschuss für die Premiere des Stuttgart-Lauf 10K. Mit jeder Sekunde, die der Start näher rückt, steigt die Vorfreude auf einen Lauf, der uns alle gemeinsam wieder auf und an die Strecke bringt. Bitte lest die nachfolgenden Informationen aufmerksam durch und haltet euch vor Ort an die bekannten Hygiene-, Abstands- und Maskenregeln.

Wir freuen uns sehr auf euch!

Euer Stuttgart-Lauf Team

1. Allgemeine Informationen

Maskenpflicht

Pandemiebedingt gilt während der gesamten Laufveranstaltung in allen offiziellen Bereichen — Registrierung, Check-In, Startunterlagenausgabe und Help Desk, Taschenaufbewahrung, Start- und Zielbereich — Maskenpflicht. Bitte bringt euch dafür zunächst eine eigene Maske (FFP2 oder medizinische Maske) mit. Im Ziel werden neue Masken ausgegeben. Während des Laufs auf der Strecke besteht keine Maskenpflicht.

Anreise

Mit dem Auto

Teilnehmer*innen, die mit dem Auto zum Stuttgart-Lauf 10K anreisen, geben bitte „Cannstatter Wasen“ in ihr Navigationssystem ein, dort befindet sich der kostenpflichtige Parkplatz P10. Beachtet bitte, dass auf Grund der erforderlichen Sperrungen der Parkplatz ausschließlich aus Richtung Bad Cannstatt über die Rosensteinbrücke, Schönstraße,

Mercedesstraße und Talstraße oder über die König-Karls-Brücke, Mercedesstraße und Talstraße angefahren werden kann. Eine Anfahrt über die B10, Ausfahrt Gaisburger Brücke oder die B14, Ausfahrt NeckarPark ist nicht möglich (siehe Übersichtsplan). Es werden ausreichend Parkplätze auf dem Parkplatz P10 auf dem Wasen für alle Teilnehmer*innen vorhanden sein. Ein Plan dazu ist auf der letzten Seite dieser Teilnehmerinformation oder [hier online](#) zu sehen.

Park & Ride-Plätze

Falls ihr nicht direkt von zu Hause die öffentlichen Verkehrsmittel nutzen können, nutzt bitte die zahlreichen P&R-Plätze im gesamten VVS-Gebiet. An Wochenenden sind diese teilweise kostenfrei. Nähere Infos zu den P&R-Plätzen sowie Fahrplanauskünfte findet ihr unter www.vvs.de oder beim VVS-Telefon 0711 19 449.

Mit den öffentlichen Verkehrsmitteln

Um euch die Parkplatzsuche zu ersparen, haben wir für euch zusammen mit dem VVS die Sonderlinie U19 organisiert, diese verkehrt zwischen den Haltestellen Bad Cannstatt Wilhelmsplatz und NeckarPark (Stadion) im 15-Minuten-Takt. Ab 07:32 Uhr könnt ihr mit der Sonderlinie U19 zu eurem Start fahren, die letzte Rückfahrt von der Haltestelle NeckarPark (Stadion) startet um 12:39 Uhr. Den Fußweg von der Haltestelle zum Check-In könnt ihr dem Plan im Anhang entnehmen.

Auswertung

Für die Wertung ziehen wir nur die Netto-Laufzeit heran, das heißt, es wird wirklich nur die Zeit vom Überschreiten der Startlinie bis zum Überqueren der Ziellinie erfasst.



Alle Teilnehmer*innen des ersten Startblocks um 08:30 Uhr werden entsprechend ihrer Kategorien — Inliner, Rollis und Handbiker*innen — gewertet.

Alle Läufer*innen der drei folgenden Startblöcke — 09:00 Uhr, 09:30 Uhr und 10:00 Uhr — werden nach der Zieleinlauf in einer Wertung zusammengefasst.

[Eure Platzierung und Zeit könnt ihr nach dem Stuttgart-Lauf 10K hier abrufen.](#)

Zeitmessung

Die Zeitmessung beim Stuttgart-Lauf 10K erfolgt in diesem Jahr mit Transpondern, die auf der Rückseite eurer Startnummer befestigt sind. Bitte gebt acht, dass diese Transponder nicht geknickt oder anderweitig beschädigt werden, da sonst keine korrekte Zeitmessung gewährleistet ist.

Dusche und WC

Duschkmöglichkeiten gibt es in diesem Jahr pandemiebedingt leider keine auf dem Eventgelände. Toiletten findet ihr im Startbereich auf P9 und im Umgriff Haupttribüne der Mercedes-Benz Arena..

Auch entlang der Strecke sind mobile Toiletten aufgebaut.

Stuttgart-Lauf-T-Shirt

Alle Teilnehmer*innen, die Teile der offiziellen Stuttgart-Lauf 10K-Kollektion bestellt haben, bekommen diese nach Hause gesendet. Vor Ort wird es keine Möglichkeit geben das T-Shirt zu erwerben oder zu bestellen.

Corona-Test-Station

Für alle Teilnehmer*innen, die für den Stuttgart-Lauf 10K noch einen Schnelltest als 3G-Nachweis benötigen, hat das Corona-Testzentrum auf dem Wasen am Sonntag, 26. September, von 06:45 Uhr bis 10:15 Uhr geöffnet. Wer dieses Angebot nutzen

möchte, sollte sich am Samstag (ab dann ist eine Buchung möglich) einen [verbindlichen Termin für Sonntag früh auf deren Website buchen](#).

2. Registrierung und Check-In

Registrierung

Vor Betreten des Veranstaltungsgeländes müsst ihr euch registrieren. Ihr könnt euch digital per QR-Code mit dem Smartphone registrieren. Wir werden für euch zwei unterschiedliche QR-Codes aushängen, ihr habt vor Ort die Möglichkeit euch mit der LUCA-App zu registrieren oder ihr nutzt eine browsergestützte Variante, sodass ihr keine weitere App benötigt.

Alternativ könnt ihr euch auch klassisch mit einem [Anmeldeformular](#) registrieren, das ihr euch im Vorfeld [von unserer Website herunterladen](#) und bereits zu Hause ausfüllen könnt. Vergesst nicht, dass ihr bereits hier eintragt, wann ihr das Veranstaltungsgelände voraussichtlich verlassen werdet, da die analoge Registrierung nicht die Möglichkeit zum Check-Out bietet. Das ausgefüllte Formular bringt ihr bitte zum Stuttgart-Lauf 10K mit.

Bitte tragt schon bei der Registrierung eine medizinische oder FFP2-Maske und bedeckt Mund und Nase vollständig.

Check-In

Nachdem ihr euch erfolgreich registriert habt, geht ihr weiter zu den Check-In Schaltern (siehe Übersichtsplan). Ab 07:00 Uhr kontrolliert unser Sicherheitspersonal dort eure Unterlagen. Bitte bringt deshalb einen offiziellen Lichtbildausweis (mit Foto), eure Bestätigungsmail der Anmeldung zum Lauf (von mika), euren 3G-Nachweis — geimpft (mit in der EU zugelassenem Impfstoff), genesen oder getestet (PCR-Test 48h gültig, Schnelltest 24h gültig) — und den Nachweis eurer Registrierung mit.

Der Stuttgart-Lauf wird veranstaltet vom Württembergischen Leichtathletik-Verband

Ihr dürft die mitgebrachten Dokumente im Original, als digitale Kopie auf eurem Smartphone oder als Kopie in Papierform vorzeigen.

Anschließend erhaltet ihr von uns ein Einlassbändchen, das kennzeichnet, dass ihr das Veranstaltungsgelände betreten dürft. Bitte tragt das Einlassbändchen während der gesamten Veranstaltung gut sichtbar am Handgelenk.

3. Startunterlagen

Alle Teilnehmer*innen, die sich bis einschließlich 15. September für den Stuttgart-Lauf 10K angemeldet haben, erhalten ihre Startunterlagen per Post an die im Rahmen der Online-Anmeldung angegebene Adresse.

Alle Teilnehmer*innen, die sich ab dem 16. September bis einschließlich Samstag, 25. September 18:00 Uhr (Meldeschluss), für den Stuttgart-Lauf 10K angemeldet haben, können ihre Startunterlagen am 26. September ab 07:30 Uhr in den beiden Zelten mit der Aufschrift „Ausgabe Startunterlagen“ auf dem Parkplatz P1A direkt vor der Mercedes-Benz Arena abholen (siehe Übersichtsplan).

Help Desk

Direkt neben der Startunterlagenausgabe befindet sich unser Help Desk (siehe Übersichtsplan). Dort wird man euch bei allen Fragen mit Rat und Tat zur Seite stehen.

Mobile Helfer

Auf dem gesamten Veranstaltungsgelände werden mobile Helfer verteilt sein, die euch den Weg weisen, falls ihr mal die Orientierung verloren habt. Ihr erkennt sie an ihren gelben Ordner-Westen.

4. Taschenaufbewahrung

Alle Teilnehmer*innen können ihre persönliche (Sport)Tasche im Parkhaus P1 gegenüber der Mercedes-Benz Arena abholen. Der Stuttgart-Lauf wird veranstaltet vom Württembergischen Leichtathletik-Verband.

Mercedes-Benz Arena auf der Mercedesstraße in gekennzeichneten Flächen ablegen und dort auch wieder nach dem Lauf persönlich abholen.

Euren Startunterlagen liegt ein personalisierter Aufkleber bei, mit dem ihr eure Tasche bitte kennzeichnet. Dies ist wichtig, da unser Sicherheitspersonal bei der Abholung eurer Tasche Startnummer und Aufkleber miteinander abgleicht.

Die Taschenaufbewahrung ist von 07:30 Uhr bis 12:00 Uhr geöffnet.

Bitte beachtet die folgenden Hinweise zur Taschenaufbewahrung:

- Sicherheitspersonal gewährt nur eingeeckten Teilnehmer*innen mit Einlassbändchen und Startnummer Zugang zur Kleideraufbewahrung.
- Im Parkhaus P1 sind die Ablageflächen für Taschen nach Startnummern gekennzeichnet.
- Für die Ablage eurer Tasche/eures Aufbewahrungsstücks seid ihr selbst verantwortlich. Merkt euch also, wo ihr eure Tasche abgelegt habt, damit ihr sie nach eurem Lauf wieder findet.
- Die Taschen können ausschließlich für die Dauer eures Wettbewerbes aufbewahrt werden.
- Holt daher eure Tasche(n) zeitnah nach Beendigung eures Wettbewerbes wieder ab.
- Bitte beachtet die Beschilderung am Veranstaltungstag.
- Für Taschen, Kleidung und Wertsachen wird keine Haftung übernommen.

5. Ökumenischer Sonntagsgruß

Am Sonntag, 26. September, um 08:15 Uhr läutet der ökumenische Sonntagsgruß den Start in einen bewegungsreichen Tag ein.

Schaut an der Bühne auf dem P1A direkt neben der Startunterlagenausgabe und dem Help Desk vorbei und lasst euch durch ein paar besinnliche Minuten auf euren Lauf einstimmen. Der Morgengruß wird mit musikalischen Einspielungen und Gebeten begleitet.

6. Start

Der Startbereich des Stuttgart-Lauf 10K ist auf dem Parkplatz P9 (Ecke Talstraße/Mercedesstraße – siehe Übersichtsplan).

Auf den P9 bzw. in den Startbereich gelangt ihr nur, sofern ihr euch auf dem Eventgelände eingeeckelt habt, also ein Einlassbändchen habt (siehe 2. Registrierung und Check-In) sowie eure Startnummer auf der Brust befestigt ist.

Der erste Startblock um 08:30 Uhr ist für Inliner, Rollis und Handbiker*innen reserviert. Alle Läufer*innen starten in den von ihnen gebuchten Startblöcken um 09:00 Uhr, 09:30 Uhr oder 10:00 Uhr. Beachtet hierzu die Beschilderung vor Ort.

Der Zugang zum Startbereich ist ab 20 Minuten vor dem Start möglich:

- Start 08:30 Uhr, Zugang ab 08:10 Uhr (blauer Startblock)
- Start 09:00 Uhr, Zugang ab 08:40 Uhr (gelber Startblock)
- Start 09:30 Uhr, Zugang ab 09:10 Uhr (grüner Startblock)
- Start 10:00 Uhr, Zugang ab 09:40 Uhr (roter Startblock)

Wichtig: Das Sicherheitspersonal ist angewiesen, Läufer*innen nur in die von ihnen gebuchten Startblöcke zu lassen!

Im Startbereich gibt es 5 Startkanäle. In welchen Startkanal ihr euch einsortieren müsst, entnehmt ihr vor Ort der Beschilderung. Diese richtet sich nach der Startnummer, die ersten 100 Nummern im ersten Startkanal, die zweiten 100 Nummern im zweiten Startkanal usw. Wir bitten alle (Nordic) Walker*innen sich möglichst weit hinten in den jeweiligen Startkanälen einzusortieren, um die Verletzungsgefahr für alle Teilnehmer*innen möglichst gering zu halten.

Auch im Startkanal gilt die Maskenpflicht. Zum Start kann die Maske dann abgenommen werden. Ihr könnt sie dafür entweder in den bereit gestellten Mülleimern entsorgen, oder mit zum Lauf mitnehmen. Bitte achtet in den Startkanälen auch auf den Mindestabstand. Im Startbereich gibt es außerdem einen Bereich, in dem lockeres Aufwärmen möglich ist.

Bitte verhaltet euch während des ganzen Wettbewerbs fair und rücksichtsvoll.

Startnummer

Alle Läufer*innen müssen ihre Startnummer gut sichtbar auf der Vorderseite ihres Trikots befestigt haben. Für die rollenden Teilnehmer gibt es andere Regelungen, [bitte beachtet dazu diese Information von mika](#).

7. Strecke

Teilnehmer*innen

Während eures Laufs seid ihr selbstverständlich nicht verpflichtet eine Maske zu tragen. Nehmt bitte dennoch Rücksicht aufeinander, überholt mit ausreichend Abstand und versucht, die Bildung von größeren Gruppen während des Laufs zu vermeiden.

Der Stuttgart-Lauf wird veranstaltet vom Württembergischen Leichtathletik-Verband

Im Zielbereich gilt wieder Maskenpflicht. Entweder ihr habt noch eure Maske vom Start bei euch oder ihr bekommt von uns eine neue Maske gereicht. Diese liegt dem Finisher-Paket bei.

Streckenverlauf

Die Strecke für alle Läufer*innen ist vermessen und somit auch bestenlistenfähig. Die Strecke für Inliner, Rollis und Handbiker*innen ist ca. 9,5 km lang, aber nicht offiziell vermessen und somit nicht bestenlistenfähig.

Den genauen Streckenverlauf findet ihr auf unserer Website und im Übersichtsplan.

Wasserstelle

Nach etwa 6,5 km passiert ihr die Wasserstelle (siehe Übersichtsplan). Diese wird euch rechtzeitig durch Schilder angekündigt.

Dort erwarten euch unsere fleißigen Helfer mit Wasserflaschen von unserem Partner alwa. Kurz nach der Wasserstelle werden Behältnisse aufgestellt, in die ihr leere Flaschen werfen könnt. Bitte helft mit, so wenig Müll wie möglich auf der Straße zu verteilen und nutzt diese Möglichkeit.

Sanitäter

In Zusammenarbeit mit dem DRK haben wir entlang der Strecke und im Ziel Ärzte und Sanitäter postiert, die sich um eure Sicherheit kümmern. Die genauen Standorte könnt ihr dem Übersichtsplan entnehmen.

Toiletten

Entlang der Strecke haben wir an insgesamt sieben Stellen mobile Toiletten für euch aufgestellt.

Zuschauer

Zuschauer sind herzlich willkommen! Zugang in die Eventbereiche, das heißt der Check-In, die Ausgabe der Startunterlagen, die

Kleideraufbewahrung, der Start, sowie die Strecke und das Ziel sind für sie nicht zugänglich. Der Start ist für Zuschauer nicht einsehbar, doch das Ziel ist so abgesperrt, dass der Zieleinlauf vom Rand der Strecke verfolgt werden kann und auch entlang der Strecke gibt es einige Punkte, an denen die Läufer*innen gut einzusehen sind.

Rahmenprogramm

Der Stuttgart-Lauf 10K steht in erster Linie unter dem Motto „zusammen laufen“. Dafür setzen wir uns mit aller Kraft ein und geben alles, um den Sonntag, 26. September zum Laufsonntag zu machen.

So erwarten euch entlang der Strecke ein paar Bands mit laufstarker Musik und auch nach dem Ziel wird es auf dem Parkplatz P1A eine kleine Bühne geben (siehe Übersichtsplan), auf der wir Siegerehrungen durchführen und die ein oder andere Überraschung für euch bereithalten.

Spendentor

Beim Stuttgart-Lauf 10K können alle Teilnehmer*innen laufend Gutes tun. In Zusammenarbeit mit der „Stiftung Bildung und Soziales“ der Sparda Bank gehen wir mit euch auf Spendensammlung für JOBLINGE in Stuttgart. Möglich wird dies durch das Sparda Bank-Spendentor auf der Strecke im Bereich der Mercedesstraße auf Höhe der VfB Geschäftsstelle. Ihr habt die Wahl — lauft ihr durch das Spendentor geht automatisch eine Spende von 2,00 an [JOBLINGE](#). Natürlich habt ihr auch die Möglichkeit am Tor vorbei zu laufen — jede Spende ist freiwillig. Der Clou: die Sparda Bank verdoppelt jede erlaufene Spende! Helft mit — jeder Euro ist ein Gewinn, um Menschen in eine Ausbildungsstätte zu bekommen. Vielen Dank für eure „laufende“ Unterstützung.

Der Stuttgart-Lauf wird veranstaltet vom Württembergischen Leichtathletik-Verband

8. Ziel

Das Ziel des Stuttgart-Lauf 10K liegt auf der Mercedesstraße auf Höhe des Stegs vom Parkhaus zur Mercedes-Benz Arena (siehe Übersichtsplan).

Alle rollenden Teilnehmer des ersten Startblocks haben eine Zielzeit von 09:30, für alle Läufer*innen gilt die Zielzeit von 11:30 Uhr. Nur wenn ihr das Ziel vor dieser Zeit erreicht, werdet ihr gewertet.

Bitte achtet auch im Zielbereich stets auf den Mindestabstand von 1,5 Metern zu euren Mitläufer*innen.

Im Ziel erhaltet ihr ein gut gekühltes Erdinger alkoholfrei. Darüber hinaus halten unsere fleißigen Helfer*innen euer verdientes Finisher-Paket mit Getränken, Snacks und weiteren Überraschungen von unseren Partnern und natürlich der 10K-Medaille bereit. Im Finisher-Paket befindet sich auch eine medizinische Maske, die ihr bitte nach einer kurzen Verschnaufpause wieder aufsetzt.

Bitte arbeitet alle daran mit, dass der Zielbereich niemals zu voll wird und ihr euch schnellstmöglich aus dem Zielbereich hinausbegebt. Wir sorgen für ausreichend Platz, ihr unterstützt uns mit einem schnellen Durchmarsch.

Und sonst noch so...

Check-Out

Bitte denkt daran, dass ihr euch nach Verlassen des Eventgeländes den Check-Out vornehmt. Sofern ihr euch mit dem Smartphone digital registriert habt, könnt ihr euch wieder digital auschecken.

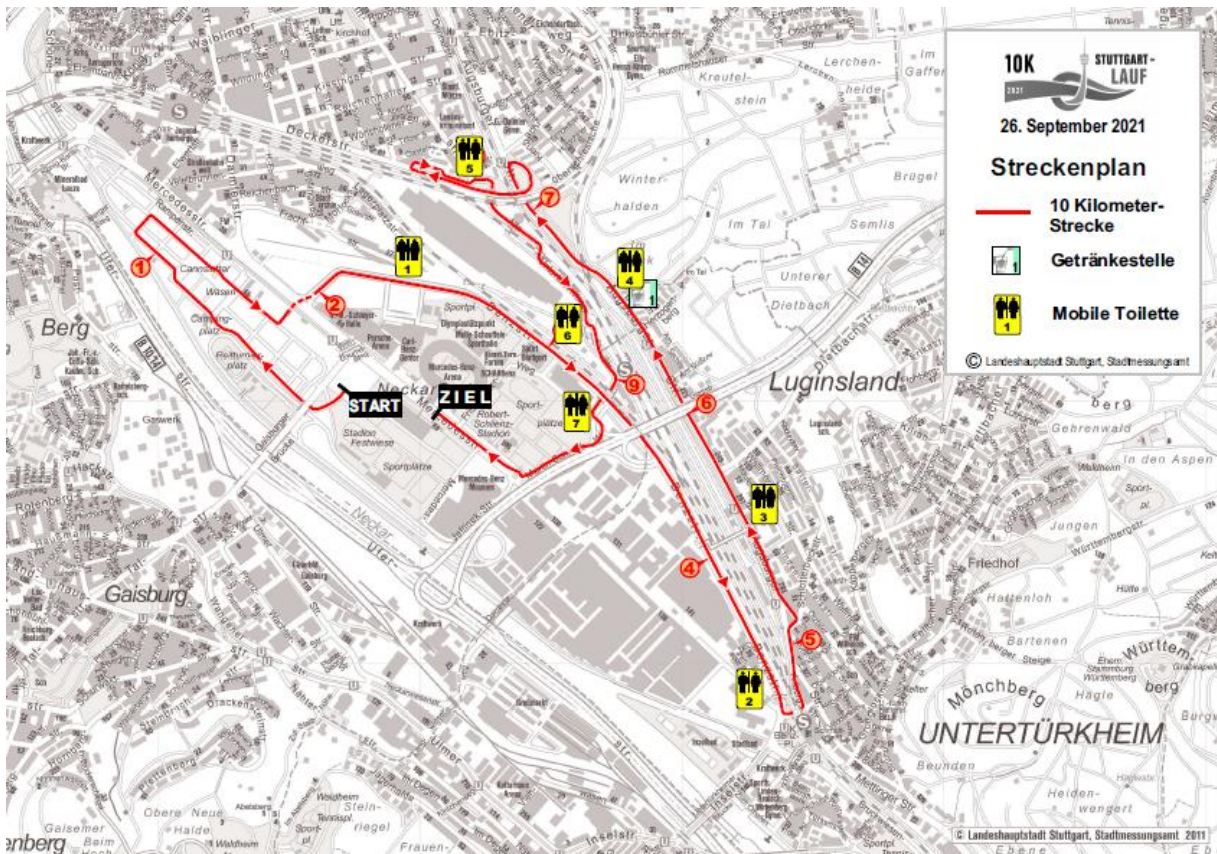
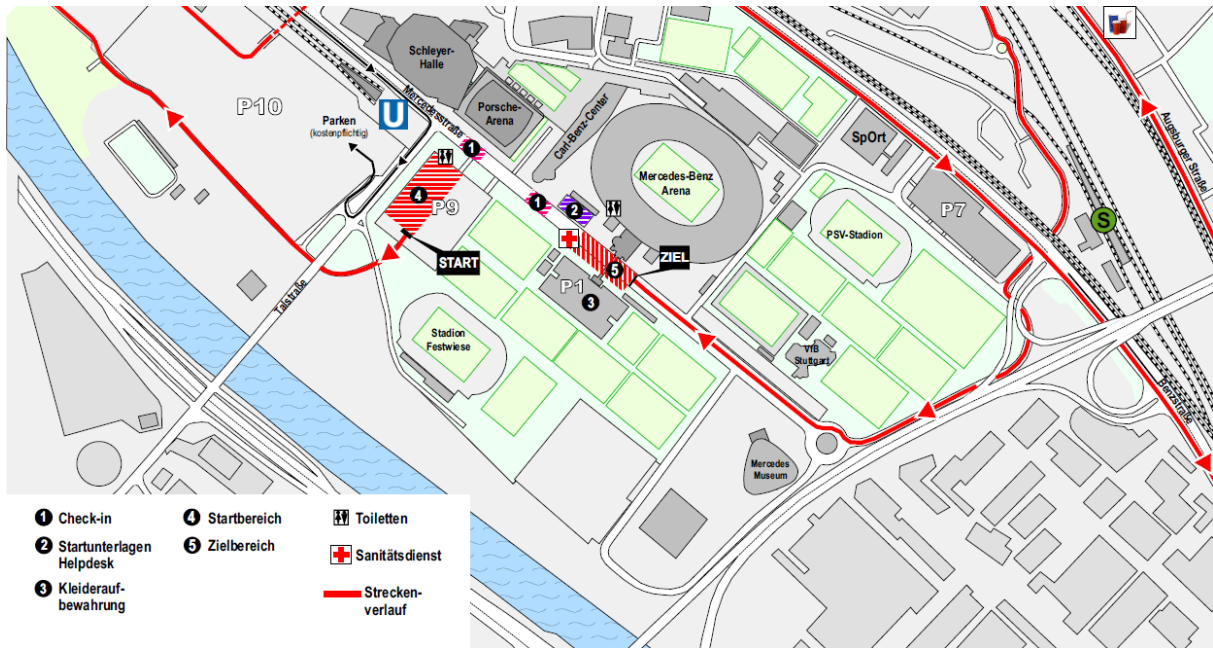
Alle Teilnehmer*innen, die sich per Anmeldeformular registriert haben, geben auf diesem Formular bitte auch wieder an, wann sie das Eventgelände voraussichtlich wieder verlassen werden

Bildergalerie

Schickt uns gerne ein Foto von eurem Lauf oder davor/danach entweder per Mail an info@stuttgart-lauf.de oder verlinkt uns auf Instagram ([@stuttgartlauf](https://www.instagram.com/stuttgartlauf))! Wir machen daraus eine Galerie auf der Stuttgart-Lauf-Seite und freuen uns über eure Schnappschüsse.

Kontakt

Für Rückfragen jeglicher Art meldet euch gerne bei uns per Telefon 0711 280 77 700, Mail (info@stuttgart-lauf.de) oder über Instagram ([@stuttgartlauf](https://www.instagram.com/stuttgartlauf)). Bitte beachtet, dass wir am Sonntag nur noch vor Ort erreichbar sind.



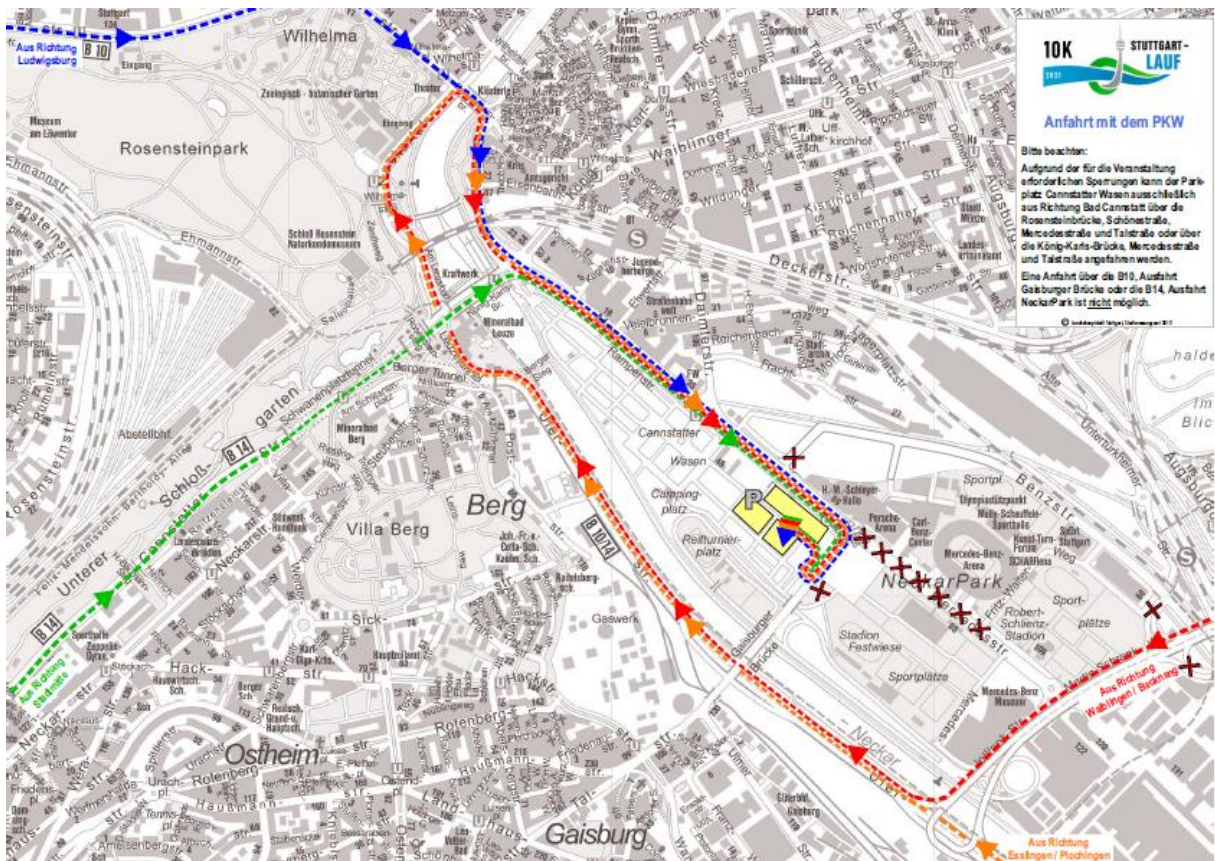
Der Stuttgart-Lauf wird veranstaltet vom Württembergischen Leichtathletik-Verband



Fritz-Walter-Weg 19
 70372 Stuttgart

0711 280 77 700
info@stuttgart-lauf.de

Instagram @stuttgartlauf
 Facebook: Stuttgart-Lauf



Stand: 24.09.2021, 11:00 Uhr

Der Stuttgart-Lauf wird veranstaltet vom Württembergischen Leichtathletik-Verband



Fritz-Walter-Weg 19
70372 Stuttgart

0711 280 77 700
info@stuttgart-lauf.de

Instagram @stuttgartlauf
Facebook: Stuttgart-Lauf