



Wichtige Informationen

Anfahrt und Parkplätze:

Der Event-, Start- und Zielort ist das Eisstadion Amberg. Zugang erfolgt über die Werner-von-Siemens-Straße. Parkplätze (Messe- und Dultplatz) sind rund um das Gelände des Amberger Eisstadions ausreichend verfügbar. Die Parkplätze unmittelbar vor dem Stadion können nicht genutzt werden.

Achtung: *Bitte wegen Abschleppgefahr und aus Rücksicht auf die Anwohner keine Straßen zuparken.*

Ausgabe der Startunterlagen:

Dienstag, 09. Juli 2019	12.30 – 14.00 Uhr	Hervis SPORTS - An den Franzosenäckern 2, 92224 Amberg (Voranmeldung per Email nötig)
Mittwoch, 10. Juli 2019	16.00 – 18.00 Uhr	Eisstadion Amberg, Am Schanzl 1, 92224 Amberg

ACHTUNG: Es ist vorgesehen, dass der Teamkapitän (oder ein anderes Mitglied der Gruppe) die Startunterlagen für das gesamte Team abholt. Eine Einzelabholung der Startunterlagen ist aus organisatorischen Gründen nicht möglich.

Besprechung und Warm-Up-Programm:

Die Besprechung (verpflichtend für alle Teilnehmer) und das Warm-Up-Programm finden im Start- und Zielbereich am Parkplatz vor dem Eisstadion Amberg statt.

Besprechung	->	ab 18.00 Uhr
Warm-Up-Programm	->	ab 18.15 Uhr

Startzeit:

Der Start des ASFL 2019 erfolgt um 18.30 Uhr am Parkplatz des Eisstadion Amberg

Streckenlänge:

Der Lauf besteht aus einem Rundkurs mit einer Länge von ca. 5 km (1 Runde). Die Startnummer muss beim Laufen sichtbar vorne getragen werden. Sicherheitsnadeln (4x) oder Startnummernband bitte selbst mitbringen. Den Streckenplan finden Sie auf der Website.

Streckenbeschreibung: Start ist auf dem Parkplatz vor dem Eisstadion Amberg. Dann geht es die Vils entlang, am Jugendzentrum Klärwerk vorbei, hinein in das ehemalige Landesgartenschau-Gelände. Vom Piratenspielplatz aus führt die Strecke am Drahthammer-Schlößl sowie am ACC und Kurfürstenbad vorbei zum Ziel.

Zeitnahme:

Jeder Teilnehmer benötigt eine Startnummer, an der auch der Zeitnahmechip befestigt ist. Ohne Startnummer ist eine Teilnahme am 11. Volks- und Raiffeisenbanken Firmenlauf Amberg-Sulzbach 2019 nicht möglich!

Die Startnummer muss vorne getragen werden. Die Zeitnahme erfolgt erst beim Durchlauf der Startschleuse.

Jeder Athlet erhält seine persönliche Brutto/Netto Laufzeit.

Walker:

Walker, die mit Stöcken gehen möchten, müssen sich aus Sicherheitsgründen bei der Startaufstellung hinter den Läufern aufstellen und starten.

Abgabe Startnummern:

Die Startnummern und der Zeitchip müssen nicht zurückgegeben werden.

Streckenmarkierung:

Die Laufstrecke ist mit Richtungspfeilen, KM-Tafeln und Markierungsband ausgeschildert. Zusätzlich wird es ein Führungsbike und ein Schlussfahrzeug geben.



Streckenverpflegung:

Auf der Laufstrecke gibt es keine Verpflegungsstelle!

Zielverpflegung:

Im Ziel gibt es erfrischende Getränke von Neumarkter Lammsbräu und frisches Obst vom Kaufland Sulzbach-Rosenberg.

Umkleide- und Duschmöglichkeit:

In den Umkleidekabinen des Eisstadions Amberg.

Aufbewahrung der Wechselkleidung (Taschen usw.):

Wechselkleidung, Taschen oder ähnliches können in der Eishalle deponiert werden. Diese Sachen können leider nicht bewacht werden. Der Veranstalter übernimmt keine Haftung. Unser Tipp: Kleidung, Taschen und sonstiges bitte bei den Kollegen oder gesichert im Auto lassen.

Ehrungen:

Die Ehrungen findet ab 20.00 Uhr in der Eishalle Amberg statt.

Urkunden und Ergebnisliste:

Jeder Teilnehmer des 11. Volks- und Raiffeisenbanken Amberg-Sulzbacher Firmenlauf 2019 erhält eine Urkunde sowie Ergebnislisten ausschließlich zum Download auf www.firmenlauf-oberpfalz.de.

Rahmenprogramm

Unser Rahmenprogramm:

Der 11. Volks- und Raiffeisenbanken Firmenlauf Amberg-Sulzbach bietet ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm.

Kulinarisches:

Unsere Cateringpartner, Restaurant Schön und Neumarkter Lammsbräu, werden nach dem Lauf mit einer Vielzahl an leckeren Speisen und Getränken aufwarten. Um die verbrauchte Flüssigkeit und Kalorien wieder aufzunehmen, laden wir zum Verweilen ein. Für Unterhaltung ist gesorgt!

Erinnerung:

Zum Andenken an den sicher unvergesslichen Laufevent haben alle Teams die Möglichkeit, sich vor und/oder nach dem Lauf an der ASFL-Fotowand ablichten zu lassen.

Mittwoch, 10. Juli 2019

- Abholung der Startunterlagen (Teamkapitän)	16.00 – 18.00 Uhr
- Messestände	16.00 – 21.00 Uhr
- Teamfoto vor der ASFL-Fotowand	16.00 – 20.00 Uhr
- Besprechung und Warm-UP Programm	18.00 – 18.30 Uhr
- Lauf/Walken	18.30 – 19.30 Uhr
- Siegerehrung	20.00 – 20.30 Uhr
- essen – trinken – feiern - netzwerken	16.00 – 22.00 Uhr



Weitere Infos und den Streckenplan zum Firmenlauf unter: www.firmenlauf-oberpfalz.de

folgt uns auf:



Wir wünschen Euerem Team einen angenehmen und sportlich erfolgreichen 11. Volks- und Raiffeisenbanken Firmenlauf Amberg-Sulzbach 2019 – gesunde Firmen laufen länger.