

## 2019 wieder acht Mal am Start

Vom Guten kriegt man nicht genug. Deshalb gibt es die Läufe für das Gute in Hannover gleich in Serie. An der WELFARE Laufserie nehmen acht Veranstalter für acht gute Zwecke teil.

Als Teilnehmer\*in umrundet Ihr den Maschsee, einen Berg im Wald, die Stadt Hannover, den Garten Herrenhausen oder – viele, viele Male – das Feld des Sportplatzes Hasenheide.

Ihr könnt es sportlich nehmen und auf Sieg setzen oder gelassen traben, walken, bei manchen Läufen gar mit dem Kinderwagen spazieren gehen – gewinnen werdet Ihr auf jeden Fall: das gute Gefühl, geholfen zu haben. Einem Hospizdienst, den Clinic-Clowns, suchtkranken Menschen, behinderten Kindern, Menschen mit der seltenen Stoffwechselkrankheit Mukoviszidose, der Arbeit von Stiftungen.

Ihr könnt Euch außerdem auf ein paar gut gelaunte Tage freuen und über die Aussicht auf einen Preis – vorausgesetzt, Ihr absolviert mindestens vier der acht Läufe. Gewinnt ein Jahres-Abo der Laufzeitschrift Spiridon, einen Massagegutschein vom Therapiezentrum Bennigsen, einen Gutschein für Laufschuhe oder eine Laufreise nach Malta inklusive 4 Sterne-Hotel, Flug und dem Start beim Marathon oder Halbmarathon.

### Tu was Gutes, fertig, los!

Die Rückgabe der Laufkarten erfolgt entweder bei einem der letzten beiden Läufe, oder bis zum 30.9.2019 postalisch unter der folgenden Adresse:

WELFARE Freundinnen und Freunde e.V., Volker Schepers  
Fössestraße 67, 30451 Hannover

Die Verlosung findet im Rahmen des letzten Laufes statt. Wer daran nicht teilnehmen kann, wird im Falle eines Gewinns schriftlich vom Veranstalter informiert.

Alle Infos zur Welfare Laufserie gibt es auch auf unserer Facebook-Fanseite oder unter [www.welfare-laufserie.de](http://www.welfare-laufserie.de)

Wir danken unseren Partnern:



kerstin thiem grafik design

## Die Welfare Laufserie auf einen Blick:

### SuchtHilfeLauf

wann: 22. Mai 2019 (Veranstaltung: 17 Uhr, Startschuss: 18 Uhr)  
wo: Einmal um den Maschsee, Start und Ziel: Nordufer  
Veranstalter: STEP gemeinnützige GmbH  
Info: [www.STEP-SuchtHilfeLauf.de](http://www.STEP-SuchtHilfeLauf.de)



### Aegidiuslauf

wann: 25. Mai 2019 (Laufbeginn ab 15 Uhr)  
wo: Am Aegidius-Haus am Kinderkrankenhaus AUF DER BULT  
Veranstalter: Lions Club Hannover Aegidius  
Info [www.aegidiuslauf.de](http://www.aegidiuslauf.de)



### Söltjerlauf

wann: 15. Juni 2019 (11 bis 15 Uhr)  
wo: Bad Münder, Süntelstraße an der „Bergschmiede“  
Veranstalter: LT SC Bad Münder / Info: [www.sc-bad-muender.de](http://www.sc-bad-muender.de)

### Mukoviszidose-Spendenlauf Hannover

wann: 25. August 2019 (11 bis 15 Uhr)  
wo: Sportplatz Hasenheide des TKH, Tiergartenstraße 23  
Veranstalter: Insa Krey, CF-Selbsthilfe Braunschweig e.V.  
Info: [www.muko-spendenlauf.de](http://www.muko-spendenlauf.de)



### Werkheim-Etappenlauf

wann: 30. August 2019 (Starts 13 bis 18 Uhr)  
wo: Rund um Hannover  
Veranstalter: Werkheim e.V. / Info: [www.werkheim.de](http://www.werkheim.de)



### Barsinghausen läuft

wann: 7. September 2019 (erster Start: 16 Uhr)  
wo: Barsinghausen, Mont Saint Aignan Platz  
Veranstalter: TSV Barsinghausen  
Info: [www.barsinghausen-läuft.de](http://www.barsinghausen-läuft.de)



### Hannoverscher Stiftungs-Lauf

wann: 19. Oktober 2019 (10 bis 13 Uhr)  
wo: Stadtteilbauernhof Sahlkamp, Rumpelstilzchenweg 5  
Veranstalter: Stadtteilstiftung Sahlkamp-Vahrenheide  
Info: [www.stadtteilstiftung.de](http://www.stadtteilstiftung.de)



### Welfare-Lauf

wann: 23. Oktober 2019 (18 Uhr)  
wo: Schlossküche Herrenhausen, Festsaal MaVie  
Veranstalter: Welfare Freundinnen und Freunde e.V.  
Info: [www.welfare-laufserie.de](http://www.welfare-laufserie.de)



inklusiver Lauf

teilweise inklusiv

# Es läuft ...

## 2019 in und um Hannover!



Schirmherr der Welfare Laufserie auch 2019:  
Hauke Jagau, Regionspräsident der Region Hannover



# WELFARE LAUF SERIE

seit 2011

## 1 SuchtHilfeLauf

wann: 22. Mai 2019 (Beginn der Veranstaltung: 17 Uhr, Startschuss: 18 Uhr)  
wo: Einmal um den Maschsee, Start und Ziel liegen am Nordufer  
Veranstalter: STEP gGmbH  
Info: [www.STEP-SuchtHilfeLauf.de](http://www.STEP-SuchtHilfeLauf.de)



Bei uns sind alle Sieger. Jedes Jahr seit 2003, bei brütender Hitze, Regen oder Starkwind. Die Teilnehmer\*innen umrunden gemeinsam den Maschsee. 5,8 Kilometer für jede Menge Aufmerksamkeit und Akzeptanz für suchtkranke Menschen. Dieses Jahr im Rahmen der Aktionswoche Alkohol.

Freude in der Gemeinschaft, Glück bei der Tombola und Informationen für die Gesundheit – das ist der 16. STEP SuchtHilfeLauf.

## 2 Aegidius-Lauf

wann: 25. Mai 2019 (Laufbeginn ab 15 Uhr)  
wo: Am Aegidius-Haus am Kinderkrankenhaus AUF DER BULT  
Veranstalter: Lions Club Hannover Aegidius  
Info: [www.aegidiuslauf.de](http://www.aegidiuslauf.de)



2019 findet der Aegidius-Lauf bereits zum 13. Mal statt. Veranstalter des Benefiz-Laufs ist der Lions Club Hannover Aegidius. Der Club hat das Geld gesammelt, mit dem das Aegidius-Haus am Kinderkrankenhaus AUF DER BULT gebaut werden konnte.

Mit dem Aegidius-Lauf sammelt der Lions Club Hannover Aegidius Geld für das Aegidius-Haus am Kinderkrankenhaus AUF DER BULT. Das Aegidius-Haus bietet ein Zuhause auf Zeit für schwer behinderte Kinder und Jugendliche. Ärzte und fachkundiges Personal übernehmen hier tageweise oder für einen längeren Zeitraum die umfassende Betreuung. Es ist ein „Haus des Lebens“, das Kindern und ihren Angehörigen Entlastung bietet.

Alle Infos zur Welfare Laufserie gibt es auch auf unserer Facebook-Fanseite oder unter [www.welfare-laufserie.de](http://www.welfare-laufserie.de)



## 3 21. Söltjerlauf Bad Münde

wann: 15. Juni 2019 (11 - 15 Uhr)  
wo: Bad Münde, Süntelstraße an der „Bergschmiede“  
Veranstalter: LT SC Bad Münde  
Info: [www.sc-bad-muender.de](http://www.sc-bad-muender.de)



Laufen, gehen oder schieben. Beim Söltjerlauf des Lauftreffs SC Bad Münde ist fast alles möglich – von einem Spaziergang mit Kinderwagen bis zum Marathonlauf. Die Schnellsten sind nicht automatisch die Ersten. Bei diesem Wohltätigkeitslauf im wunderschönen Süntel zählt jede Runde, egal wie schnell sie gelaufen wird.

Auch in diesem Jahr werden die Sparkasse Hameln-Weserbergland und die Firma Haworth 1,50 Euro für jede gelaufene Runde bis zu einer Summe von 5.000 € für einen wohltätigen Zweck spenden.

## 4 12. Mukoviszidose-Spendenlauf Hannover

wann: 25. August 2019 (11 bis 15 Uhr)  
wo: Sportplatz Hasenheide des TKH, Tiergartenstraße 23  
Veranstalter: Insa Krey, CF-Selbsthilfe Braunschweig e.V.  
Info: [www.muko-spendenlauf.de](http://www.muko-spendenlauf.de)



Der inklusive Lauf für das „Haus Schutzengel“ sammelt Spenden für die Eltern- und Patientenherberge „Haus Schutzengel“ in der Nähe der MHH. Mukoviszidose ist eine nicht heilbare Erbkrankheit, die den Betroffenen die Luft zum Atmen nimmt. Muko-Patienten müssen täglich eine mehrstündige Therapie absolvieren und oft regelmäßig ins Krankenhaus zu stationären Aufenthalten.

Jede/Jeder ist herzlich willkommen und kann in ihrem/seinem eigenen Tempo so viele oder wenige Runden laufen, wie sie/er möchte.

## 5 Werkheim-Etappenlauf

wann: 30. August 2019 (Starts: 13 bis 18 Uhr)  
wo: Rund um Hannover  
Veranstalter: Werkheim e.V.  
Info: [www.werkheim.de](http://www.werkheim.de)



Das Werkheim e.V. organisiert den 12. „Werkheim-Etappenlauf“ zugunsten von Wohnungslosen. Der Lauf führt in einem vorgegebenen moderaten Tempo von 6.30 min/km rund um Hannover. Strecken von 5-44,6 km sind möglich. Da die Strecke in Etappen eingeteilt ist, können zu jeder Etappe Läufer/innen ein- oder aussteigen. Alles ist möglich. Mit diesem Lauf fördert das Werkheim Projekte seiner Bewohner, in diesem Jahr die Einrichtung einer Kreativwerkstatt.

## 6 Barsinghausen läuft

wann: 7. September 2019 (erster Start: 16 Uhr)  
wo: Barsinghausen, Mont Saint Aignan Platz  
Veranstalter: TSV Barsinghausen  
Info: [www.barsinghausen-laeuft.de](http://www.barsinghausen-laeuft.de)



Am 1. Samstag im September wird in Barsinghausen wieder zum Laufen aufgerufen. Wie schon die Jahre zuvor werden 100% der Startgelder gemeinnützig an die Clinic-Clowns-Hannover und den ambulanten Hospizdienst „Aufgefangen“ gespendet.

Die Strecke führt über Wald- und Radwege entlang des Deisters zum Deisterpark und zurück zum Mont Saint Aignan Platz im Herzen der Stadt Barsinghausen.

## 7 3. Hannoverscher Stiftungs-Lauf

wann: 19. Oktober 2019 (10 bis 13 Uhr)  
wo: Stadtteilbauernhof Sahlkamp, Rumpelstilzchenweg 5  
Veranstalter: Stadtteilstiftung Sahlkamp-Vahrenheide  
Info: [www.stadtteilstiftung.de](http://www.stadtteilstiftung.de)



Der 3. Hannoversche Stiftungs-Lauf führt rund um den Märgensee im Sahlkamp. Er wird von der Stadtteilstiftung Sahlkamp-Vahrenheide und der Treuhandstiftung „Ein Zuhause“ veranstaltet, die sich den Erlös teilen. Die Stadtteilstiftung fördert Projekte in den Bereichen Erziehung, Bildung und Soziales im Sahlkamp und in Vahrenheide. Die Stiftung „Ein Zuhause“ wurde im Oktober 2018 gegründet, um einen Beitrag zur Schaffung von zusätzlichem Wohnraum für Wohnungslose zu leisten.

## 8 Welfare-Lauf 2019

wann: 23. Oktober 2019 (18 Uhr)  
wo: Alte Herrenhäuser Straße 3 Schlossküche Herrenhausen, Festsaal MaVie  
Veranstalter: Welfare Freundinnen und Freunde e.V.  
Info: [www.welfare-laufserie.de](http://www.welfare-laufserie.de)



Mit diesem Lauf trommeln wir alle Teilnehmer\*innen noch einmal zusammen. Beim letzten Lauf der Welfare Serie freuen wir uns über das Gute und verlosen die tollen Preise.

Sie können ab dem 7.10.2019 bei Dets Laufshop die Startgebühr von 5,00 Euro zahlen – oder direkt am Lauftag, und dann geht es mit einem Startknall schon los!