

Das neue Six Pack!

Bei mehreren Hundert Laufveranstaltungen kann es leicht geschehen, dass ein einziger Lauf „in der Masse untergeht“. Dieses soll uns nicht passieren! Insbesondere, da die hinter unseren Läufen stehenden sozialen Themen weiter ins Licht der Öffentlichkeit gerückt werden sollen. Machen Sie mit und helfen Sie, auf die besonderen Interessen und Ziele der sechs Läufe aufmerksam zu machen.

Durch Laufen Gutes zu tun, ist ein schönes Gefühl!

Also, Laufschuhe schnüren und los geht's. Wer mindestens drei Läufe absolviert, kann an der Verlosung teilnehmen. Es winken tolle Preise wie eine Laufreise nach Malta (eine Woche Aufenthalt im 4-Sterne-Hotel inkl. Flug und Start beim Marathon), ein Warengutschein für Det's Laufshop oder ein Abo des Laufmagazins „Running“. (Die Gewinne können nicht in bar ausgezahlt werden.) Die Rückgabe der Laufkarten erfolgt entweder bei einem der letzten beiden Läufe, oder bis zum 19. September 2013 postalisch an folgende Adresse:

Werkheim e.V.
z.Hd. Herrn Schepers
Büttnerstr. 9
30165 Hannover

Die Verlosung findet im Rahmen des letzten Laufes statt. Wer daran nicht teilnehmen kann wird im Falle eines Gewinns schriftlich vom Veranstalter informiert. Organisatoren der Läufe und deren Angehörige sind nicht gewinnberechtigt.

Mit freundlicher Unterstützung von:



Die Welfare Laufserie auf einen Blick:

SuchtHilfeLauf

wann: 29. Mai 2013
(Beginn der Veranstaltung 17 Uhr, Startschuss: 18 Uhr)
wo: Hannover Maschsee, Start und Ziel am Nordufer
Veranstalter: STEP gGmbH
Info: www.STEP-SuchtHilfeLauf.de

Aegidius Lauf

wann: 1. Juni 2013 (Laufbeginn ab 15 Uhr)
wo: im Süden des Maschsees (Aspria)
Veranstalter: Lions Club Hannover Aegidius
Info: www.aegidiuslauf.de / info@aegidiuslauf.de

Söltjerlauf

wann: 15. Juni 2013 (11 bis 15 Uhr)
wo: Bad Münder, Süntelstraße an der „Bergschmiede“
(schattige 3,8 km Rundstrecke im Süntel)
Veranstalter: LT SC Bad Münder
Info: www.lauftreff-sc-bad-muender.de

Mukoviszidose-Spendenlauf Hannover

wann: 11. August 2013 (11 bis 15 Uhr)
wo: Sportplatz Hasenheide des TKH, Tiergartenstraße 23
Veranstalter: Insa Krey, Mukoviszidose e.V.
Info: www.muko-spendenlauf.de / info@muko-spendenlauf.de

Werkheim Benefiz-Lauf

wann: 30. August 2013 (Starts 13 bis 18 Uhr)
wo: rund um Hannover
Veranstalter: Werkheim e.V.
Info: www.werkheim.de / schepers@werkheim.de

Lauf gegen Depression

wann: 29. September 2013 (Rahmenprogramm: 10 bis 14 Uhr / Startschuss: 11.55 Uhr)
wo: Nordufer Maschsee
Veranstalter: Bündnis gegen Depression in der Region Hannover
Info: www.buendnis-gegen-depression-region-hannover.de

Alle Infos zur Welfare Laufserie gibt es auch auf unserer Facebook-Fanseite oder unter

www.welfare-laufserie.de

Was läuft ... 2013 in und um Hannover?



WELFARE LAUFSERIE

1

SuchtHilfeLauf

wann: 29. Mai 2013 (Beginn der Veranstaltung: 17 Uhr / Startschuss: 18 Uhr)
wo: Hannover, Maschsee,
 Start und Ziel liegen am Nordufer
Veranstalter: STEP gGmbH
Info: www.STEP-SuchtHilfeLauf.de



Neun mal hieß es AntiSuchtLauf. Nun – zum zehnjährigen Jubiläum – hat die STEP die Maschseerunde in SuchtHilfeLauf umgetauft. Denn schließlich geht es vor allem um Hilfe für suchtkranke Menschen – um deren Akzeptanz, um Hilfe bei Abhängigkeit, um einen gesunden Umgang mit der Krankheit Sucht. Dafür laufen wir beim SuchtHilfeLauf.

Neuer Name, neuer Tag: erstmals wird an einem Mittwoch statt an einem Dienstag einmal um den hannoverschen Haussee gelaufen.

2

Aegidius Lauf

wann: 1. Juni 2013 (Laufbeginn ab 15 Uhr)
wo: im Süden des Maschsees
Veranstalter: Lions Club Hannover Aegidius
Info: www.aegidiuslauf.de / info@aegidiuslauf.de



2013 findet der Aegidiuslauf bereits zum siebten Mal statt. Veranstalter des Benefiz-Laufs ist der Lions Club Hannover Aegidius, der Geld für den Bau des Aegidius Hauses sammelt, das in der Nähe des Kinderkrankenhauses auf der Bult entsteht. Baubeginn wird im Frühjahr 2013 sein.

Das Aegidius Haus bietet ein Zuhause auf Zeit für schwer behinderte Kinder und Jugendliche. Ärzte und fachkundiges Personal übernehmen hier tageweise oder für längere Zeiträume die umfassende Betreuung. Es ist ein „Haus des Lebens“, das den Kindern und ihren Angehörigen Entlastung bietet.

3

Söltjerlauf Bad Münder

wann: 15. Juni 2013 (Start ab 11 Uhr)
wo: Bad Münder, Süntelstraße an der „Bergschmiede“ (schattige 3,8 km Rundstrecke im Süntel)
Veranstalter: LT SC Bad Münder
Info: www.lauftreff-sc-bad-muender.de



Jeder läuft, so viel er kann! Der „Söltjerlauf“ wird von der Sparkasse Weserbergland unterstützt, die für jede gelaufene Runde 1,-Euro für einen guten Zweck spendet. Der Erlös kommt jedes Jahr einem anderen Projekt zugute, das immer gemeinnützigen und nachhaltigen Charakter hat.

Der Lauf findet in reizvoller Landschaft statt, teilnehmen können Mannschaften und Einzelstarter.

Startzeit: Jederzeit ab 11 Uhr – Zielschluss: 15 Uhr.

4

Mukoviszidose-Spendenlauf Hannover

wann: 11. August 2013 (11 bis 15 Uhr)
wo: Sportplatz Hasenheide des TKH, Tiergartenstraße 23
Veranstalter: Insa Krey, Mukoviszidose e.V.
Info: www.muko-spendenlauf.de / info@muko-spendenlauf.de



Beim Mukoviszidose-Spendenlauf soll auf die unheilbare Krankheit Mukoviszidose aufmerksam gemacht und Spendengelder für das „Haus Schutzengel“ gesammelt werden. Das „Haus Schutzengel“ ist eine Eltern- und Patientenherberge in der Nähe der MHH.

Jeder Läufer oder Walker sucht sich in seinem Umfeld einen oder mehrere Sponsoren, die ihn mit einer Spende unterstützen. Diese Sponsoren (Familienmitglieder, Bekannte, Arbeitskollegen oder Firmen) zahlen z.B. für jede gelaufene Runde einen Euro oder eine festgelegte Gesamtsumme.

5

Werkheim Benefiz-Lauf

wann: 30. August 2013 (Starts: 13 bis 18 Uhr)
wo: rund um Hannover
Veranstalter: Werkheim e.V.
Info: www.werkheim.de / schepers@werkheim.de



Der „Werkheim Benefiz-Lauf“ ist ein Etappenlauf und 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 kleine regionale Projekte, die sich um das Wohlergehen bedürftiger Kinder kümmern.

6

Lauf gegen Depression

wann: 29. September 2013 (Rahmenprogramm: 10 Uhr bis 14 Uhr / Startschuss: 11.55 Uhr)
wo: Nordufer Maschsee
Veranstalter: Bündnis gegen Depression in der Region Hannover
Info: www.buendnis-gegen-depression-region-hannover.de



Der „Lauf gegen Depression“ wird jährlich vom Bündnis gegen Depression in der Region Hannover durchgeführt. Der Lauf ist eingebettet in die Aktionen des Europäischen Tages gegen Depression, der jährlich im Oktober durchgeführt wird. Ziel des Laufes ist es, zu zeigen, dass Bewegung ein sehr wichtiges Element in der Prävention, aber auch bei der Behandlung von Depressionen sein kann.

Anmeldung direkt vor Laufbeginn.