



**FIRMEN
LAUF
KÖLN**

www.fila-koeln.de

10. FIRMENLAUF KÖLN

11. Mai 2017 | Fühlinger See

AS YOU ARE!



Anmeldung

Teilnehmer

Zum Firmenlauf können sich Teams von Unternehmen, Behörden und Vereinen anmelden. Eine Mindestteilnehmerzahl gibt es nicht.

Startberechtigt sind Läufer, Walker sowie Rollstuhlfahrer.

Nordic Walker bitten wir, die Stöcke nicht mit auf die Strecke zu nehmen.

Anmeldung

Ihr könnt Euer Team nur online unter www.fila-koeln.de anmelden. Die Anmeldung erfolgt in zwei Schritten: Zuerst wird das Team unverbindlich registriert und Ihr erhaltet ein Passwort, mit dem Ihr Eure Daten verwalten und Teilnehmer hinzufügen können. Im zweiten Schritt wird das Team kostenpflichtig angemeldet. Als Zahlungsmethode könnt Ihr Lastschriftverfahren oder Überweisung wählen. Nachmeldungen sind jederzeit möglich.

Startgebühr

Die Preise sind gestaffelt nach Anmeldedatum.

bis 31.03.2017	€ 17,-/Teilnehmer
bis 14.04.2017	€ 19,-/Teilnehmer
bis 30.04.2017	€ 21,-/Teilnehmer
am 11.05.2017	€ 25,-/Teilnehmer

Die ersten 2.000 angemeldeten Teilnehmer erhalten ein Firmenlauf-Funktionsshirt gratis!

Mitläufer gesucht?

Um in Eurer Firma die Werbetrommel zu rühren habt Ihr auf der Firmenlauf-Homepage www.fila-koeln.de die Möglichkeit, **kostenlos Plakate, Flyer und Postkarten** zu bestellen. Zudem finden sich unter den Downloads Plakate, Flyer und Postkarte sowie einige Tipps zum Motivieren Eurer KollegInnen.

Teamzelte

Ihr möchtet den Firmenlauf als Anlass zur Betriebsfeier nutzen? Bestellt doch einfach bei uns ein Teamzelt, in welchem Ihr exklusiv mit Eurem Team feiern könnt. Gerne auch mit Getränkeversorgung, Buffet und Servicepersonal.

Weitere Infos sowie das Bestellformular findet Ihr unter: www.fila-koeln.de/team-service/#zelt-mieten



Speisen und Getränke

Biergarten

Lasst den Firmenlauf in unserem Biergarten ausklingen und genießt die tolle Atmosphäre. An den Verkaufsständen sind Speisen vom Grill, Salate sowie weitere Gerichte und Getränke erhältlich.

Wertmarken

Der Chef zahlt die Zeche? Ihr möchtet nicht mit Bargeld hantieren? Da haben wir die Lösung: Ihr könnt bereits im Vorfeld auch schon Wertmarken – die FiLa-Flocken – für die Verpflegungsstände erwerben. So müsst Ihr und Eure KollegInnen nicht mit Bargeld bezahlen, zudem erhaltet Ihr hierüber eine absetzbare Rechnung.

Weitere Infos hierzu: www.fila-koeln.de/team-service/#speis-trank

FiLa-Flocken erhaltet Ihr auch am Tag der Veranstaltung vor Ort.

Startunterlagen

Inhalt

Jeder Teilnehmer erhält ein Starterset bestehend aus einem Gymbag, der Startnummer, dem Firmenlauf-Magazin sowie Sponsorenbeilagen.

Die ersten 2.000 angemeldeten Teilnehmer erhalten zusätzlich ein hochwertiges Firmenlauf-Funktionsshirt.

Die Startnummer sollte beim Lauf gut sichtbar vorne am Shirt mit den beiliegenden Sicherheitsnadeln angebracht werden.

Abholung

Die Startunterlagen können teamweise **vom 3. bis zum 5. Mai 2017** bei Laufsport Bunert, Aachener Straße 233–237 in 50931 Köln, abgeholt werden. Abholzeiten: täglich von 10.00 – 18.00 Uhr.

Bitte bei der Abholung beachten: Die Startunterlagen wiegen jeweils ca. 1,5 kg.

Veranstaltung

Toiletten, Umkleiden, Duschen und Garderoben

Toiletten, Umkleiden und Duschen befinden sich am Veranstaltungsort. Eure Wechselkleidung könnt Ihr in der Garderobe vor Ort in den Starterbeuteln abgeben. Bitte zuvor die jeweilige Startnummer auf den Starterbeutel schreiben.

Infostand und Nachmeldungen

Unseren Infostand findet Ihr im ADAC-Showtruck auf dem Veranstaltungsgelände. Hier könnt Ihr auch spontane Nachmeldungen und Fragen aller Art loswerden.

Rahmenprogramm

16.00 Uhr Beginn Rahmenprogramm

17.40 Uhr Startaufstellung

17.45 Uhr Warm-Up

18.00 Uhr Start Firmenlauf

19.45 Uhr Siegerehrung

20.30 Uhr Musik bis Veranstaltungsende

23.00 Uhr Ende der Veranstaltung

Zum Treffen, Plaudern, Aufwärmen und „Trikottausch“ solltet Ihr etwas Zeit einplanen. Wir empfehlen, spätestens um 17.00 Uhr auf dem Veranstaltungsgelände zu sein.

Der Lauf

Start

Der Start erfolgt in mehreren Blöcken. Der Erste Block ist für die Sprinter reserviert. Dahinter starten die Läufer in freier Aufstellung. **Nordic Walker** bitten wir, aufgrund der Verletzungsgefahr, **ohne Stöcke** an den Start zu gehen.

Ziel

Um Staus zu vermeiden möchten wir alle Teilnehmer bitten, die Strecke unmittelbar nach dem Zieleinlauf frei zu halten.

Der Firmenlauf Köln ist kein Wettkampf, bitte Rücksicht aufeinander nehmen.

Wertungen

Eine Zeitmessung gibt es nicht. Beim Firmenlauf gewinnen nicht die schnellsten, sondern die motiviertesten und kreativsten Teams.

Top Teams Geehrt werden die Teams mit den meisten Teilnehmern in Relation zur Unternehmensgröße (Bsp.: 100 Mitarbeiter / 10 Starter = 10 %). Die Top Teams sind in vier Kategorien nach Unternehmensgröße unterteilt: ≤ 50, 51–200, 201–500 und > 500 Mitarbeiter.

Die originellsten Lauf-Outfits Ihr sei kreativ und Laufbekleidung von der Stange ist nicht so Euer Ding? Wenn Ihr an Laufen denkt, habt Ihr Rosa-Plüschelafanten, Tauchbekleidung und John Wayne vor Augen? Dann seid Ihr hier richtig! Die Teams mit den kreativsten und originellsten Laufoutfits werden auf der Bühne geehrt.

Laufstrecke

Es geht über ausschließlich verkehrsfreie Wege ca. 6 km rund um den Fühlinger See. Der Start erfolgt um 18.00 Uhr auf dem Veranstaltungsgelände. Bei Kilometer 3 sowie im Zielbereich gibt es an Verpflegungsständen kostenlose Getränke für die Teilnehmer.

Anfahrt

Bahn & Bus

- » Linie 12 und 15 bis Haltestelle Wilhelm-Sollmann Straße, Longerich ODER S-Bahnlinie 6 und 11 sowie Linie 15 bis Haltestelle Chorweiler
- » dann jeweils Buslinie 122 bis Haltestelle Seeberg
- » von dort aus ca. 10 Fußminuten bis zum Veranstaltungsgelände

PKW

Bei der Anreise mit dem PKW bitten wir Euch Fahrgemeinschaften zu bilden.

A1, Ausfahrt Fühlingen, weiter Richtung Fühlingen, der Beschilderung „Regattabahn“ folgen. Parkmöglichkeiten sind vorhanden, bitte folgt den Beschilderungen und Anweisungen des Personals. Adresse: Oranjehofstr. 103, 50769 Köln.

Weitere und aktuelle Informationen findet Ihr auf der Firmenlauf-Internetseite www.fila-koeln.de

**Wir wünschen Euch und Eurem Team viel Spaß
beim 10. Firmenlauf Köln!
Euer FiLa-Team von WEIS Events**