



SSC
SIHLTALER
SPORTCLUB

Wings for Life – Lauf am 5. Mai 2019

Wir laufen für Alle, die nicht laufen können

Das ist Wings for Life (WfL):

WfL ist eine Stiftung, welche die Rückenmarksforschung vorantreibt mit dem Ziel eines Tages die Querschnittslähmung heilen zu können. 100 Prozent der Startgelder fliessen in die Rückenmarksforschung. Dieses Rennen findet weltweit statt. Der Start erfolgt um dieselbe Uhrzeit. In Zug startet das Rennen um 13:00 Uhr.

Warum ist dieses Rennen für den SSC besonders geeignet?

Toller Teamevent aufgrund des Durchführungsmodus. Jeder Teilnehmer ist wertvoll, unabhängig seiner Laufstärke. Nordic Walker dürfen ebenfalls teilnehmen! Kurze Anreise.

Rennmodus:

Massenstart. Nach 30 Minuten startet der ‚Catcher Car‘. Dieses Auto ist die Ziellinie. Sobald das Fahrzeug dich einholt bist du im Ziel (Shuttle-Busse retour). Das Auto fährt anfangs ganz langsam und nach vorgegebener Zeittabelle immer schneller bis der letzte Teilnehmer (Sieger) eingeholt ist. Im 2018 legte der Sieger eine Strecke von 89,85 km zurück.

Wissenswertes:

Der Lauf findet am **5. Mai 2019** in Zug statt. Das Startgelände ist in wenigen Gehminuten ab dem Bahnhof Zug erreichbar. Der Start erfolgt um 13:00 Uhr. Am Rennen selbst herrscht eine lockere, familiäre Stimmung. Es ist eine schöne Rundstrecke von ca. 35 km Distanz. Die Strecke ist durchgängig asphaltiert, der Rundkurs flach bis ganz leicht wellig.

Dein Lauftempo bestimmt die Streckenlänge (homepage WfL / Kalkulator):

<https://www.wingsforlifeworldrun.com/ch/de/goal-calculator/>

Beispiel Felix 2018: 25.88 km, Tempo: 5' / km; Im Ziel erhältst du ein Diplom

Anmeldung Rennen WfL - selbständig online - Nachmeldung vor Ort möglich:

CHF 45.-- / Anmeldung bis 31. Dezember 2018

CHF 55.-- / Anmeldung bis 31. März 2019

CHF 65.-- / Anmeldung bis 5. Mai 2019

<https://registration.wingsforlifeworldrun.com/ch/de>

Link homepage WfL:

<https://www.wingsforlifeworldrun.com/ch/de/>

Anreise / Nach dem Rennen / Spaghettiplausch / Anmeldung SSC:

Gemeinsam (Vorschlag von mir) mit dem ÖV nach Zug. Je nach Teilnehmerzahl und Interesse gib't's im Anschluss einen Spaghettiplausch bei mir zu Hause (bis 10 Personen) **oder** in einem Restaurant in Zug (Infos folgen Ende April 2019 via whatsapp).

Anmeldung bei mir (nicht für das Rennen):

-> **via Mail mit Name, Vorname, Mobiltelefonnr. (WhatsApp Gruppe) und Spaghettiplauschteilnahme Ja oder Nein an: half@kapo.zh.ch. Termin: 28. April 2019!**

Sportliche Grüsse

Felix Haldenstein (technischer Leiter SSC)