

Tag des Laufens 2024 - #gemeinsammehrbewegen

Olympiapark Berlin

Der Berliner Leichtathletik-Verband (BLV) ruft alle Berliner Leichtathletikvereine, Lauftreffs in Berlin, private Initiativen und alle Laufbegeisterten auf, sich am 5. Juni 2024 am deutschlandweiten Tag des Laufens, einem Gemeinschaftsprojekt von German Road Races (GRR) und Deutschen Leichtathletik-Verband (DLV), zu beteiligen.

Weltweit wird jedes Jahr am ersten Mittwoch im Juni der Global Running Day gefeiert. Davon inspiriert haben GRR und der DLV das Eventformat „Tag des Laufens“ kreiert, das dieses Jahr zum dritten Mal stattfindet. Allein, im Verein, im Lauftreff oder mit der Laufcrew werden an diesem Tag Zehntausende das Laufen zelebrieren und zeigen, was Laufen alles bewirken kann.

Der BLV richtet zum Tag des Laufens einen Lauf im Olympiapark Berlin aus. Wie schnell oder langsam man läuft, spielt bei diesem Lauf am 5. Juni keine Rolle. Dabei sein bei der deutschlandweiten Laufcommunity ist alles.

Die **Ausschreibung** für **den kostenlosen Lauf im Olympiapark Berlin** ist auf der folgenden Seite zu finden.

Neben der Gesundheit und dem Spaß an der Bewegung steht beim Tag des Laufens auch das Thema Nachhaltigkeit im Fokus: Alle Teilnehmenden können mit ihrem Lauf junge Bäume pflanzen lassen und so Projekte unterstützen, mit denen der Wald wieder aufgeforstet wird. Denn alle, die laufen, brauchen Bäume für das gesündeste Hobby der Welt. Sie erzeugen den Sauerstoff, der Muskeln antreibt. Unter dem Motto „Run for the Trees“ kommt die Unterstützung der Laufcommunity in Kooperation mit der „Stiftung Wald“ Projekten zugute, mit denen Waldflächen in Deutschland wieder aufgeforstet werden, die in den vergangenen Jahren unter Hitze, Trockenheit, Stürmen und dem Borkenkäfer gelitten haben. Der DLV finanziert zum Tag des Laufens gemeinsam mit GRR und DATEV die Anpflanzung von 1.000 Bäumen. Wer am Tag des Laufens teilnehmen und gleichzeitig der Umwelt etwas Gutes tun möchte, der kann weitere Bäume pflanzen lassen. Dafür kann bei der Anmeldung eine freiwillige Teilnahmegebühr von mindestens 7 Euro gespendet werden.

Ausschreibung

Tag des Laufens im Olympiapark

Mittwoch, 05.04.2024

Ausrichter: Berliner Leichtathletik Verband

Austragungsstätte: Olympiapark Berlin

Treffpunkt: Adlerplatz, Friedrich-Friesen-Allee 10453 Berlin

Startschuss: 18 Uhr

Anmeldung: Bitte sowohl [HIER](#) als auch [HIER](#)

Startnummern: Gibt es von dem Veranstalter *Tag des Laufens per Selbstdruck*, als auch, sofern nicht selber mitgebracht, vom BLV

Strecke: 1) Kleine Runde ca. 1km durch den Olympiapark

2) 5km Runde – 1x um das Olympiagelände

3) 10km Runde – 2x um das Olympiagelände

Altersklassen unabhängig, jeder und jede Läufer:in ist herzlich willkommen.

Hinweise:

- Umzugsmöglichkeiten und Sanitäre Anlagen wird es vor Ort geben
- Wasser (ggf. weitere Getränke werden zur Verfügung gestellt)
- Keine offizielle individuelle Zeitmessung - Es handelt sich dabei nicht um einen Wettkampf, sondern es ist als lockeres Workout gedacht. Auf der an Start und Ziel aufgebauten Zeitmessanlage kann man seine individuelle Laufzeit ablesen und bei Bedarf in die Teilnahmeurkunde selbst eintragen.
- Es wird Zelte geben in denen Taschen / Rucksäcke gelagert werden können. Wir übernehmen keine Haftung
- Teilnahmeurkunden gibt es vor Ort
- Ein Startpass ist nicht erforderlich