

# 51. Uplengener Adventslauf

am 28. November 2021



Veranstaltungsnummer: 21V09000831700001

Liebe Sportfreunde,  
zu unserem traditionellen Adventslauf durch den Hollsand laden wir Euch herzlich ein. Es wird einige Änderungen im Ablauf geben. Um das Teilnehmerfeld gerade im Start-Zielbereich etwas zu entzerren haben wir sowohl die Anzahl der Läufe als auch die Startzeiten angepasst. Das Teilnehmerfeld ist auf 70 pro Lauf begrenzt. Bitte beachtet das Hygienekonzept und denkt an die Abgabe eurer Kontaktdaten mit dem unten angefügten Formular.

## **Start und Ziel:**

Hollsand im Uplengener Ortsteil Großdendorf, etwa 5 km nördlich von Remels.



## **Strecken:**

Die Laufstrecken führen über Waldwege (Spikes können benutzt werden). Streckenplan siehe unten

## **Beginn:**

Sonntag, 28. November 2021 um 9.30 Uhr.

## **Meldungen:**

[adventslauf@lguplengen.de](mailto:adventslauf@lguplengen.de)

## **Meldeschluss:**

Freitag, den 26. November 2021 (Eingang).

- Nachmeldungen:** Aufgrund der pandemiebedingten Situation wird es in diesem Jahr **keine** Möglichkeit zum Nachmelden geben.
- Altersklassen:** [https://www.nlv-la.de/fileadmin/nlv/dokumente/Wettkampfsport/Ausschreibungen\\_LM/AK\\_2021.pdf](https://www.nlv-la.de/fileadmin/nlv/dokumente/Wettkampfsport/Ausschreibungen_LM/AK_2021.pdf)
- Startgebühren:**
- |   |         |
|---|---------|
| Frauen, Männer und Trimm-Trab:                          | € 4,00  |
| Jugendliche U20, U18:                                   | € 3.50  |
| Jugendliche U16 und jünger sowie Kinder U14 und jünger: | € 2.50- |
- Bezahlung:** Am Wettkampftag im Startbereich. Möglichst passende Summe mitbringen.
- Bitte achtet in diesem Bereich auf den notwendigen Mindestabstand.**
- Auszeichnungen:** Auf eine Siegerehrung werden wir in diesem Jahr ebenfalls schweren Herzens verzichten. Urkunden werden gesammelt an den Betreuer des jeweiligen Vereins abgegeben.
- Haftung:** Für Schäden jeglicher Art wird **keine** Haftung übernommen.
- Zeitplan:** siehe unten
- Veranstaltungsleitung:** LG Uplengen Heinz Taute
- Parken:** Bitte in den Nebenstraßen hinterm Hollsand und Schoollandsweg parken.

In allen Läufen mit Ausnahme von Lauf 1 erfolgt eine getrennte Wertung gemäß der IWB.

Änderungen des Zeitplans bleiben vorbehalten.

## Zeitplan

1. Lauf	09. <sup>30</sup> Uhr	Männer / Frauen-Langstrecke	3 x rot	ca. 9.600 m
2. Lauf	10. <sup>30</sup> Uhr	Männliche Jugend U16 Männliche Jugend U18/ U20	1 x rot	ca. 3.200 m
2. Lauf	10. <sup>30</sup> Uhr	Weibliche Jugend U16 Weibliche Jugend U18/ U20	1 x rot	ca. 3.200 m
2. Lauf	10. <sup>30</sup> Uhr	Männliche Jugend U14	1 x rot	ca. 3.200 m
3. Lauf	10. <sup>50</sup> Uhr	Weibliche Jugend U14	1 x blau	ca. 1.450 m
3. Lauf	10. <sup>50</sup> Uhr	Männliche Kinder U12	1 x blau	ca. 1.450 m
3. Lauf	10. <sup>50</sup> Uhr	Weibliche Kinder U12	1 x blau	ca. 1.450 m
4. Lauf	11. <sup>05</sup> Uhr	Männliche Kinder U10	1 x blau *	<b>ca. 1.000 m</b>
5. Lauf	11. <sup>20</sup> Uhr	Weibliche Kinder U10	1 x blau *	<b>ca. 1.000 m</b>
6. Lauf	11. <sup>30</sup> Uhr	Männer / Frauen-Mittelstrecke Senioren/Seniorinnen M30/35/40/45/50 und älter	1 x rot+1 x blau	ca. 4.650 m
		*) = Teilstrecke		



## **Hygienekonzept und der Coronaregeln (Stand 24.11.2021):**

**Für alle Starterinnen und Starter und auch für die Betreuer gilt die 3G-Regel (unter 18-jährige können auch einen privaten Schnelltest machen)! Bei Abholung der Startunterlagen ist der entsprechende Kontaktbogen ausgefüllt und unterschrieben abzugeben und auf Verlangen sind die entsprechenden Nachweise vorzulegen. Aufgrund der aktuellen Entwicklung wird auch den Geimpften und Genesenen empfohlen am Vortag bzw. am Wettkampftag einen Schnelltest zu machen.**

**Sollte die Inzidenz auf > 250/100 000 Einwohner für den Landkreis Leer steigen, wird die Veranstaltung abgesagt.**

Die Veranstaltung wird ausschließlich im Freien durchgeführt.

Die Teilnehmerzahlen für die Läufe sind auf 70 Starter / Lauf begrenzt.

Umkleiden, Toiletten sowie geschlossene Räume sind nicht vorhanden.

Die aktuell gültige CORONA-Verordnung des Landes Niedersachsen, sowie die Allgemeinverfügung des Landkreises und der Gemeinde sind zwingend einzuhalten und können hier nachgeschlagen werden:

<https://www.lsb-niedersachsen.de/sportbleibtstark/corona-verordnung>

<https://www.landkreis-leer.de/Leben-Lernen/Coronavirus/>

Beachten Sie die aushängenden Hygieneplakate zu Verhaltens- und Hygienestandards am Veranstaltungsort.

Die Teilnehmerzahl für die verschiedenen Läufe ist begrenzt und ein Abstand von 1,5m ist zwingend einzuhalten, dies gilt vor allem für den Startbereich. Verteilen Sie sich im Startbereich großzügig auf Kosten der Bruttozeit um den Lauf trotz der derzeitigen Lage stattfinden lassen zu können.

Teilnehmende und Besucher dürfen nur frei von Krankheitssymptomen starten und sich am Veranstaltungsort aufhalten. Es wird empfohlen eine gängige OP- oder FFP2-Maske zu tragen. Sollte der Mindestabstand von 1,5 m nicht eingehalten werden können, ist für diesen Zeitraum eine Mund- Nasenbedeckung zwingend.

Achten Sie auf die Hust- und Niesetikette (in die Armbeuge).

Der Veranstalter behält sich bis zum Renntag vor, Änderungen der Hygieneregeln vorzunehmen.

Die Veranstaltung ist freiwillig und die Teilnahme wird unter Eigenverantwortung eines jeden Teilnehmers durchgeführt. Für Schäden jeglicher Art wird **keine** Haftung übernommen. Eltern und Betreuer haften und sorgen für Ihre Kinder.

Folgen Sie den Aufforderungen der Rennleitung vor Ort.

# LG Uplengen

## 51. Uplengener Adventslauf

28. November 2021

Datenblatt zur Kontaktnachverfolgung

Verein: \_\_\_\_\_

Betreuer/-in \_\_\_\_\_

Telefon & E-Mail: \_\_\_\_\_

Name Athlet/-in	Adresse	Telefon	Geimpft	Genesen	Getestet

Hiermit bestätige ich, dass alle genannten Personen frei jeglichen Krankheitssymptomen sind.

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift