

Anmeldung

zum 10. Aschaffener Stadtläufer „SEFRA rennt gegen Gewalt“ am 13. Juli 2014 um 11:00 Uhr

- ☐ Ich möchte als aktive/r Läufer/in teilnehmen und zahle das Startgeld in Höhe von mindestens 6,66 € auf das Konto IBAN DE24795500000000800607, BIC BYLADEM1ASA bei der Sparkasse Aschaffenburg
- über höhere Beträge freuen wir uns
- ☐ Wir möchten als Schulklasse teilnehmen (pro SchülerIn 1,- € Startgeld)
- ☐ Ich unterstütze diese Aktion und spende einen Betrag auf das angegebene Konto



Unsere Sponsoren





**Selbsthilfe- und Beratungszentrum
für Frauen in Aschaffenburg e. V.**

SEFRA e.V.

Frohsinnstraße 19

63739 Aschaffenburg

Fon (06021) 2 47 28

Fax (06021) 2 85 10

E-Mail: info@sefraev.de

www.sefraev.de oder

www.sefra-rennt-gegen-gewalt.de

Notruf und Beratung für Frauen



**13. Juli 2014
10. Aschaffener
Stadtlauf zu Gunsten
von SEFRA e. V.**

SEFRA rennt - gegen Gewalt

Der diesjährige Aschaffener Stadtlauf, dessen Erlös wie immer ausschließlich und ohne Abzug der Arbeit gegen Gewalt an Frauen und Kindern zugute kommen wird - ist ein kleines Jubiläum: 10. Jahre hintereinander ohne Unterbrechung mit ständig wachsender Teilnehmerzahl!! Mitmachen können alle LäuferInnen und WalkerInnen, die sich zutrauen, die 6 km durch die Innenstadt von Aschaffenburg zu bewältigen. Es gibt keine Altersbeschränkungen.

Also anmelden, dabei sein und vor dem Endspiel der Fußball-WM der Herren in Rio de Janeiro noch mal den eigenen Körper durch Aschaffenburgs Straßen **schwingen**!

Neben der Aufwärmgymnastik wird auch dieses Mal wieder von der Staatlich anerkannten Berufsfachschule für Physiotherapie der Hans-Weinberger-Akademie der AWO e.V. gegen eine Spende vor und nach dem Lauf Massage angeboten - bei schlechtem Wetter im Foyer der VHS.

Der Aschaffener Sportamtsleiter Jürgen Kuhn wird pünktlich um 11:00 Uhr den Startschuss geben zum diesjährigen Lauf. Wir freuen uns auf Sie, melden Sie sich an!

Ihre Anmeldung können Sie direkt mit der beiliegenden Antwortkarte vornehmen oder über die Anmeldeformulare bei www.sefra-rennt-gegen-gewalt.de. Dort finden Sie wie auch im letzten Jahr einen Link zu www.lauffieber.de/sefra mit einer Überraschung.

Die Startunterlagen können auch schon am 10. und 11. Juli von 9:00 bis 17:00 Uhr in der Beratungsstelle von SEFRA e. V. abgeholt werden.

Vor, während und nach dem Lauf erwartet Sie ein umfangreiches Rahmenprogramm. Auch unsere leckere Kuchentheke wird wie immer zu familienfreundlichen Preisen von Ehrenamtlichen präsentiert.

Allen TeilnehmerInnen wünschen wir gutes Gelingen und Spaß bei gutem Wetter und viel Publikum.
Wir sehen uns am Start!

Gerti Metz
Leiterin der Beratungsstelle



Lauf

Start / Ziel Schlossplatz / Stadthalle
Startzeit 11:00 Uhr
Länge **6,0 km**, durch die Innenstadt von Aschaffenburg (praktisch ohne Steigungen). Auch Walkerinnen und Walker sind herzlich willkommen.

Zeitplan

ab 9:30 Uhr Ausgabe der Startunterlagen (VHS Aschaffenburg)
09:30 bis 10:45 Uhr **Nachmeldungen** (10,00 €) in der VHS Aschaffenburg
10:20 Uhr **Aufwärmgymnastik**

10:45 Uhr **Grußwort** des Leiters des Schulverwaltungs- und Sportamtes der Stadt Aschaffenburg **Jürgen Kuhn** und Begrüßung durch die Veranstalterin

11:00 Uhr **Startschuss** durch **Jürgen Kuhn**
12:15 Uhr **Zielschluss**
12:30 Uhr **Siegerehrung** / Übergabe der Preise, gesponsert von Bodyshop sowie dm-Markt Herstattstraße

Rahmenprogramm

Moderation **Johannes Zenglein**
Guggemusik mit den **Power Breztlern**
Infostände SEFRA e. V.; Frauenhaus der AWO; pro familia; Weißer Ring e. V.; Netzwerk für Unternehmerinnen

Weitere Infos

Umkleiden/ Staatliche Fachoberschule,
Duschen/ Pfaffengasse 24 (Turnhalle)
Kleiderablage
Toiletten im Parkhaus Stadthalle
Parken Suicardusstraße / Schlossmauer sowie Stadthalle (gebührenpflichtig)



In Kooperation mit dem

Haftungsausschluss:

Mit meiner Teilnahme am Stadtlauf in Aschaffenburg 2014 „SEFRA rennt gegen Gewalt“ erkenne ich den Haftungsausschluss der Veranstalterinnen für Personen oder Sachschäden jeder Art an. Ich werde nicht gegen die Veranstalterinnen und Sponsoren des Laufes oder deren Vertreter Ansprüche erheben, sollten mir durch meine Teilnahme am Lauf Schäden oder Verletzungen entstehen.

Bitte in einem
ausreichend frankierten
Umschlag senden an:

Name, Vorname

Straße

PLZ, Ort

Geburtsdatum

Geschlecht ☐ w ☐ m

Email-Adresse

Telefon

Verein / Team / Schule

Antwort

**SEFRA e. V.
SEFRA rennt gegen Gewalt
Frohsinnstraße 19**

63739 Aschaffenburg

Datum, Unterschrift