

16. Bonner Schulmarathon 14. April 2024

Leitlinien 2024

- ⑩ **Alter** – Jahrgang – Geburtstag: Maßgebend ist das Alter gemäß **Geburtsjahrgang**: also alle 2009 Geborenen sind 2024 für die Wertung 15 Jahre alt ; → Wertungsklassen
- ⑩ **Aufsichtspflicht** – der Schulmarathon ist eine →schulische Veranstaltung, die verantwortlichen Lehrkräfte sind aufsichtspflichtig
- ⑩ **Aus-checken** - Vor dem Verlassen der Wechselzone müssen die Läufer/innen sich beim zuständigen Startordner abmelden (Aus-checken)!
- ⑩ **Begleitläufer** – sind nur für Schüler*innen mit Förderbedarf zugelassen. Sie melden sich bitte rechtzeitig an (Meldebogen/Startnummernausgabe) und werden entsprechend ausgestattet.
- ⑩ **Besenwagen** – Abschlussfahrzeug, das die „Fußkranken“ und „zu langsamen“ aufammelt (es gibt ein striktes Zeitfenster)
- ⑩ **Chip** – (integriert in einer Startnummer) wird samt Startnummernband vor Brust/Bauch getragen und wird bei jedem Wechsel weitergegeben. →Startunterlagen; Startnummer mit Chip (inkl. StNr-band) muss an unserem →Treffpunkt (Stadtgarten) im Austausch gegen den →Medallensatz wieder abgegeben werden .
- ⑩ **Disqualifikation** – Schüler/innen, die sich nicht an die Veranstalter-/Ausrichtervorgaben bzw. Anweisungen der Mitarbeiter/innen an den Wechselstationen halten, können disqualifiziert werden.
- ⑩ **Distanzen** – die 6 Schüler/innen laufen 5 km – 10 km – 5 km – 10 km – 5 km – 7,2 km.
- ⑩ **Einchecken** – persönliche Meldung der Läufer/innen bei den jeweiligen Mitarbeiter/innen an ihren Stationen; dies muss (leider – aber aus Erfahrung!) relativ früh geschehen.
- ⑩ **EKIDEN-Staffel** – der Begriff kommt aus Japan und umschreibt das Verfahren, Informationen und Waren über lange Distanzen mit wechselnden Trägern möglichst schnell zu übermitteln. Die erste EKIDE in Deutschland wurde 1908 von Potsdam nach Berlin (25 km) gelaufen. 1990 fand der Lauf zum ersten Mal über die Marathondistanz mit 17 National- und 21 deutschen Mannschaften zwischen den beiden Städten statt. Weltmeisterschaften gibt es seit 1992.
- ⑩ **Eltern** – sind zusätzlich zu unserem Orga-Team herzlich bei der Betreuung an den Wechselstationen und/oder als Begleitung bei der Anreise zu diesen Stationen willkommen.
- ⑩ **Ergebnisdienst** – die ersten vorläufigen und inoffiziellen Ergebnisse werden ca. 3 ½ Std. nach dem Start am Zelt SCHULMARATHON am →Treffpunkt (Stadtgarten / Alter Zoll) ausgehängt. Die Ergebnisse in den → Wertungsklassen werden den Schulen zugesandt und im Internet veröffentlicht. Sie sind **erst** nach Freigabe (ca. Anfang Mai) **offiziell**!
- ⑩ **Erste Hilfe** – Sanitäter sind auf der gesamten Laufstrecke verteilt (an jeder Verpflegungsstation). Je Laufkilometer stehen bis zu 20 Streckenposten (an den Shirts/Jacken mit Post-Marathon-Logo zu erkennen) verteilt, bei denen weitere Hilfe angefordert werden kann.
- ⑩ **Essen** – Für die Schüler/innen beginnt der Tag sehr früh ... sicher ist es ein langer Tag für alle Beteiligten: also genügend →Verpflegung mit- und auch zu sich nehmen („Hunger -

ast“)

- ⑩ **Evaluation / Feed back** – wir wünschen uns von den betreuenden Lehrkräften möglichst bald nach dem Marathon kritische Rückmeldungen per E-Mail, damit der nächste Lauf noch besser organisiert werden kann.
 - ⑩ **Schulsportgemeinschaften (SSG)** – auch ausgebildete Schüler-Sporthelfer können die Leitung einer SSG (z. B. „Lauftreff“) übernehmen.
 - ⑩ **Gesamalter** – →das Alter aller sechs gewerteten Läufer/innen addiert: entweder höchstens 89 Jahre (89W, 89M, 89X) oder 90 und mehr Jahre (90W, 90M, 90X); es gilt das **Geburtsjahr** – nicht der Geburtstag!
 - ⑩ **Heimfahrt** – sollte für Nicht-Bonner gut organisiert und gemeinsam mit der (beaufsichtigenden) Lehrkraft erfolgen.
 - ⑩ **Helfer** – unsere Schulmarathon-Helfer-(Orga)-Teams sind wie die Streckenposten an der speziellen Einkleidung (evtl. plus Schulmarathon-T-Shirt) zu erkennen, ihren Anweisungen ist Folge zu leisten; s. a. →Disqualifikation, →Ordner
 - ⑩ **Idealismus** – bringen alle betreuenden Lehrkräfte und Mitarbeiter/innen mit
 - ⑩ **Improvisation** – ist dann einfach, wenn die Vorbereitung gut war (nicht nur bei dem Ausrichter sondern auch bei den Teilnehmern!), sonst droht Chaos ...
 - ⑩ **Internet** – Informationen: <https://www.deutschepostmarathonbonn.de/> und <https://www.bildung.koeln.de/schulsport>
 - ⑩ **Jahresplanung** – Unser Vorschlag: Beschluss der Schulkonferenz über Teilnahme – Anmeldung – Team(s) (→Läufer-Teams) zusammenstellen – Trainingspläne – Lauftreffs – Testläufe / Teilnahme an Veranstaltungen / →Mini-Marathons – Ortsbesichtigung – gemeinsame An- und Rückreise – schulinterne Ehrung
 - ⑩ **Kleiderbeutel** – die Startläufer können ihre (privaten) Beutel (beschriften !!) am Treffpunkt-Zelt „SCHULMARATHON“ im Stadtgarten (Alter Zoll) abgeben.
 - ⑩ **Kleidung** – das Tragen des offiziellen Schulmarathon-T-Shirts ist **Pflicht**. Schüler/innen, die sich weigern, das T-Shirt zu tragen, werden nicht zugelassen. Gleiches gilt für Teilnehmer, die barfüßig (o.ä.) laufen wollen. Die Stationsleiter haben Entscheidungsbefugnis. →Disqualifikation
- 
- ⑩ **Kosten** – für die Anreise zu den Vorbereitungsveranstaltungen und zum Abholen der Materialien können nicht übernommen werden.
 - ⑩ **Läufer-Team** – Gruppe von Schülern/innen einer Schule, die sich auf den Schulmarathon vorbereiten. Unser Vorschlag: Nichtläufer (am Marathontag) übernehmen z.B. den Kleiderbeutel-Service an den Wechselstationen.
 - ⑩ **Logistik** – wenn sich über 13.000 →(Halb-)Marathonis an einem bestimmten Tag auf einem speziellen Weg durch eine Großstadt bewegen wollen, bedarf dies einer Vorbereitung, die über ein Jahr dauert und an der eine Vielzahl von Institutionen und Mitarbeiter/innen beteiligt ist. Es müssen Materialien und Einrichtungen (Obst, Getränke, Absperrgitter, Verkehrsschilder, ... Stände, WC, Zelte, ...) organisiert, transportiert, aufgebaut werden Falls irgendwo etwas nicht optimal sein sollte, bitte nicht schimpfen – Verbesserungsvorschläge nehmen wir gerne entgegen.

- ⑩ **Mannschaftsaufstellung** – bitte beachten: die Läufer/innen für das erste und letzte Teilstück haben besonderen Stress auszuhalten: einige erwachsene Läufer sind sehr ehrgeizig und machen sich schon ´mal mit Ellbogen Platz, die Brückenauffahrt ist ziemlich steil; →Startliste
- ⑩ **Marathonis** – abkürzende Bezeichnung für Marathonläufer und -läuferinnen
- ⑩ **Marathonmesse** – findet von Freitag bis Samstag auf dem Münsterplatz statt.
- ⑩ **Materialschein** – im März erhalten die gemeldeten Schulen für ihre Mannschaften je einen Materialschein, der zum Empfang der →Startunterlagen berechtigt.
- ⑩ **Medaillen** – alle Teilnehmer/innen am SCHULMARATHON erhalten eine MARATHON Medaille, diese werden als Satz am Treffpunkt im Stadtgarten (Alter Zoll) bei Abgabe des Startnummerbandes an die Lehrkräfte ausgegeben.
- ⑩ **Mindest-, Maximalalter** – →Alter, →Wertungsklassen
- ⑩ **Mix-Staffeln** – in diesen Staffeln müssen mindestens zwei Mädchen Teilstücke mit der →Schärpe und →Chip laufen; →Wertungsklassen
- ⑩ **Ordner/innen / Orga-Helfer/innen** – die Mitarbeiter/innen am Start, den Wechselstellen etc. sollten spezifische Erfahrungen besitzen, d. h. selber schon an größeren Lauf- o.ä. Veranstaltungen als Sportler bzw. in der Organisation beteiligt gewesen sein. Ihre Betreuungsaufgaben richten sich an alle Teilnehmer und nicht an die eigene Mannschaft; →Helfer **Ohne Helfer/innen funktioniert der Schulmarathon nicht !**
- ⑩ **Pokal** – die absolut schnellste Mannschaft erhält bei der kleinen Siegerehrung vor Ort den Wanderpokal.
- ⑩ **Pulsmessgeräte** – können den Läufer/innen helfen, das (optimale) Tempo (= Belastung) auch unter den besonderen Bedingungen dieser Großveranstaltung zu kontrollieren.
- ⑩ **Reserveläufer/in** – der/die 7. Läufer/in steht als Reserve zur Verfügung und kann – falls dieser Einsatz nicht notwendig wird – außer als Schlussläufer ein beliebiges Teilstück mitlaufen.
- ⑩ **Rollis / Handbiker** – im Rahmen des Schulmarathons können diese Schüler auch Mitglied der Staffel sein. Bei Bedarf kann ein Erwachsener als →Begleitläufer (mit T-Shirt, Startnummer !!) angemeldet werden.
- ⑩ **Schärpe** – wird statt eines Staffelstabes von Läufer/in zu Läufer/in weitergegeben. Bei unserer EKIDEN-Staffel müsste es eigentlich „Tasuki“ (Umhängeband) heißen. Die Schärpe muss von den Schulen selber (her-)gestellt und sichtbar getragen werden.
- ⑩ **Schulische Veranstaltung** – der SCHULMARATHON BONN ist eine schulische Veranstaltung, damit sind die üblichen Versicherungsbedingungen für die beteiligten Schüler/innen und Lehrkräfte gegeben.
- ⑩ **Schulleitung** – unterschreibt die Anmeldung zur Teilnahme sowie die Läuferliste (Mannschaftsaufstellung), die beim Einchecken am Start abgegeben wird. Sie bestätigt damit, dass nur „aktuelle“ Schüler/innen der Schule am Lauf teilnehmen (keine Ehemaligen!) und diese sportgesund sind.
- ⑩ **Siegerehrung** – „kleine Siegerehrung“ am Lauftag für die absolut schnellste Mannschaft.
- ⑩ **Staffel unterbesetzt** – sollte eine Teilstrecke nicht besetzt werden können, kann die Staffel

(nach rechtzeitiger Information der SCHULMARATHON Orga-Leitung am Start) und nach Absprache mit den jeweiligen Wechselchefs an der nächsten Wechselstation an letzter Stelle das Rennen fortsetzen. (*chip-/Schärpe-Transport organisieren!*)

- ⑩ **Start** – für die TOP-Läufer und den ersten Läuferblock um 10.30 Uhr; die Schüler/innen werden einige Minuten vor dem Start in diese „Startbox“ geführt, sie erhalten aber ihr eigenes Startkommando um ca.10.33 Uhr.
- ⑩ **Startbereich** – hier halten sich einige tausend Menschen auf (Läufer, Fans, Eltern, Schaulustige ...). Die Schüler checken am SCHULMARATHON-Zelt in der Giergasse ein. →Startlisten
- ⑩ **Startgebühr** – ein Startgeld je Mannschaft **entfällt in 2024!**
- ⑩ **Startlisten** – von der →Schulleitung unterschriebene Mannschaftsaufstellung, die beim Einchecken am Start unbedingt (vollständig ausgefüllt) abgegeben wird. Staffeln, deren Startlisten am Start **nicht vorgelegt** werden, werden **nicht gewertet** und erhalten keine Medaillen.
- ⑩ **Startnummern** – pro Staffel gibt es genau eine Startnummer mit integriertem Messchip und ein Startnummernband. Diese Startnummer muss vorne am Oberkörper/Bauch getragen werden. Sie wird von Läufer zu Läufer übergeben (wie bisher der Chip mit Klettband am Knöchel). Jeder Läufer erhält zusätzlich eine Startnummer (ohne Chip) für den **Rücken**. Die Durchnummerierung 1/.. bis 6/.. ist zu beachten; der/die →Reserveläufer/in trägt die Nr. 7/... und darf ohne Chip nicht ins Ziel laufen! Diese Startnummern werden nicht zurückgegeben. - Auf der Rückseite sollten Name, Medikamentenhinweis, Mobil-Nr. der Betreuer etc. unbedingt (wasserfest) eingetragen werden.
- ⑩ **Startunterlagen** – Ausgabe erfolgt nur am Mittwoch 10.04.24 von 12.00 bis 17.30 Uhr im Foyer der Sporthalle des Gymnasiums Tannenbusch, 53119 Bonn, Hirschberger Straße 3, gegen Vorlage des →Materialscheins; je Mannschaft 1 Bogen Mannschaftsaufstellung (Daten der Läufer am 14.), 1 Startnummer mit Chip und Startnummernband, 6 Startnummern (.../2 bis .../7; Start-Nr .../1 wird beim Einchecken am Start ausgegeben), 7 T-Shirts [bitte vorbereitete Kleidergrößen-Liste mitbringen], 8 Blanko-Urkunden sowie aktuelle Informationen.
- ⑩ **Stationsleiter** – (= „Chefs“) tragen die Verantwortung an den →Wechselstellen, sie nehmen Schiedsrichterfunktion wahr.
- ⑩ **Streckenposten** – sind dafür (mit Unterstützung der Polizei) zuständig, dass z.B. keine Autos, Fahrräder oder Passanten den Läufern in die Quere kommen ...
- ⑩ **Teilnahmeberechtigung** – Zugelassen sind ausschließlich Schulmannschaften. Die 6-7 Teilnehmer einer Mannschaft müssen Schüler/innen der selben Schule sein. „Ehemalige“, z. B. Abiturienten, können nicht teilnehmen. Die →Schulleitungen bestätigen mit ihrer Unterschrift auf der Läuferliste (→Startlisten) die Einhaltung dieser Bestimmung. Sonderregelungen sind nach Vereinbarung bei Förderschulen möglich.
- ⑩ **TOP-Läufer/innen** – im ersten Feld (Schwarzer Block) dürfen die ca. 500 schnellsten Läufer/innen starten; die Schüler/innen stellen sich in der Giergasse auf und werden (nach Freigabe durch die Ordner) in die „Startbox“ geführt. →Start
- ⑩ **Trainingszustand** – die Läufer/innen sollten die jeweils zu absolvierende Strecke schon mehrmals gelaufen sein. Der Einsatz von →Pulsmessgeräten ist sinnvoll, u.a. um zu verhindern, dass die Schüler/innen bedingt durch die besondere Situation (Wettkampf, Anfeuern

der Zuschauer(massen), Tempo der Marathonis, Euphorie, Wetterbedingungen, ...) zu schnell beginnen und sich „übernehmen“.

- ⑩ **Treffpunkt** – das Zelt SCHULMARATHON im Stadtgarten (Alter Zoll) ist unser Treffpunkt nach dem Lauf; →Medaillen, →Chip
- ⑩ **Trinken** – wenn der Durst sich bemerkbar macht, ist der Körper bereits dehydriert und nicht mehr optimal leistungsfähig! Also vor und nach dem Lauf reichlich (Wasser, Apfelschorle) trinken!
- ⑩ **Urkunden** – werden blanko mit den →Startunterlagen ausgegeben. Sie **sollten** erst nach Veröffentlichungen der **finalen** Ergebnislisten (ca. Anfang Mai) ausgefüllt und ausgegeben werden.
- ⑩ **Verpflegung** – ist grundsätzlich von den Teilnehmern zu organisieren, Startnummerträger können sich aber auch an den offiziellen Verpflegungsständen bedienen. An den Wechselstellen sind Getränkestände eingerichtet.
- ⑩ **Versicherung** – Schüler/innen und betreuende Lehrkräfte sind wie bei sonstigen →Schulveranstaltungen versichert
- ⑩ **Versorgungsbereich** – Zugang haben nur die Läufer (Läufer-Shirt und mit Start-Nummer) sowie akkreditierten Helfer
- ⑩ **Voraussetzungen** – mit der Anmeldung bestätigen die Schulleitungen die Sportgesundheit der Schüler/innen.
- ⑩ **Wechselstellen**, -stationen, -zonen – Nr. 1 – 5 bei Laufkilometer 5, 15, 20, 30 und 35 für die Staffelläufer/innen. Ausrüstung: der Veranstalter stellt evtl. Warmhaltefolien zur Verfügung, alles andere müssen die Teilnehmer selber organisieren
- ⑩ **Wertung** – jeder →Chip ist per Codierung einer Mannschaft / Startnummer zugeordnet, darf also beim Start mehrerer Mannschaften einer Schule **nicht** beliebig **ausgetauscht** werden, sonst erfolgt die Wertung in der „falschen“ →Wertungsklasse.
- ⑩ **Wertungsklassen** :
 - „89er“= Gesamalter der 6 Läufer/innen maximal 89 Jahre 89M 89W 89X
 - „90er“= Gesamalter der 6 Läufer/innen 90 Jahre und mehr 90M 90W 90X
 - jeweils **MÄNNLICH**, **WEIBLICH** oder **MIX** (mind. 2 Mädchen, die laufen)
 - >>>> *Es gilt das **Geburtsjahr** nicht der Geburtstag!* <<<<
- ⑩ **Wetter** – der Lauf findet bei jedem Wetter statt, besonderer Regenschutz ist am →Start, den →Wechselstationen und am →Treffpunkt nicht vorhanden.
- ⑩ **Zeitmessung** – erfolgt elektronisch



Technische Leitung:

Volker & Gisela Hampke

schulmarathon@netcologne.de