

TEILNAHMEINFO

16. Bickendorfer Büdchenlauf 2024

Bickendorfer Büdchenlauf



präsentiert von

CINEBLOCK 
Verkehrssicherung



Allianz 

Hans Chauvel & Heidrun Chauvel



Fachbetrieb für Sicherheit



SEIT 1987
Elektra- und Beleuchtungstechnik u. c.



Die Baubeschlagspezialisten.



BRUCKMANN AUGENOPTIK



Autobekleidung Karosserie Mechanik



Von Herzen rheinisch.



INHALT

1. Grußwort.....	1
2. Gesundheitscheck.....	2
3. Startunterlagen.....	3
4. Zeitplan.....	4
5. Siegerehrung.....	5
6. Anreise und Parken.....	6
7. Zeitmessung.....	7
8. Richtlinien des DLV.....	8
9. Start.....	9
10. Strecke.....	15
11. Zielverpflegung.....	17
12. Rahmenprogramm.....	18
13. Von A-Z.....	21
14. Kontakt.....	24



GRUSSWORT

Liebe Bickendorfer Büdchenlauf
Teilnehmerinnen und Teilnehmer,



nun schon zum 16. Mal findet im kölschen Veedel Bickendorf unser Bickendorfer Büdchenlauf statt. Wie auch die vorigen Jahre dürft ihr euch als Teilnehmende auf die einzigartige Stimmung auf der Strecke und im Zielbereich freuen. Für uns als Orga-Team laufen die letzten Vorbereitungen auf Hochtouren und die Anmeldung ist noch bis zum 28. September 2024 geöffnet.

Obwohl auch in diesem Jahr eine Zeitmessung mit den ChampionChips erfolgt, sollte der Spaß weiterhin im Vordergrund stehen. Neben den spektakulären Läufen sorgt zudem die Rochus-Musikschule für musikalische Unterstützung auf dem Veranstaltungsplatz und an der Strecke. Um das leibliche Wohl der Gäste und Teilnehmenden wird sich ebenfalls gekümmert. Auf dem Veranstaltungsgelände befinden sich außerdem viele Stände unserer Sponsoren, ohne deren Unterstützung der Lauf gar nicht möglich wäre.

In diesem Sinne wünschen wir allen Teilnehmer*innen viel Spaß und persönlichen Erfolg beim 16. Bickendorfer Büdchenlauf 2024 präsentiert von Cineblock Verkehrssicherung. Wir würden uns freuen, wenn Sie den Büdchenlauf weiterempfehlen und auch unsere andere Laufveranstaltung (NORDERNEY - Meine Insel Lauf, 19.07.2025, Norderney) besuchen.

Hinweis: Im Folgenden werden wir aus Gründen der besseren Lesbarkeit das generische Maskulinum verwendet. Weibliche und anderweitige Geschlechteridentitäten werden dabei ausdrücklich mitgemeint, soweit es für die Aussage erforderlich ist.

Euer Orga-Team



GESUNDHEITSCHECK



Bitte zeigt keinen falschen Ehrgeiz und geht nur gesund und fit an den Start. Am Veranstaltungstag solltet ihr ausreichend trinken sowie kohlenhydratreiche Speisen zu euch nehmen, um in optimaler Verfassung zu sein und die Laufstrecke erfolgreich absolvieren zu können.



STARTUNTERLAGENAUSGABE



Die Startunterlagenausgabe erfolgt am Samstag, den 28. September 2024 vor der Concertkasse Johnen, Venloer Straße 654, 50827 Köln-Bickendorf von 8:00 Uhr bis 16:00 Uhr, sowie am Veranstaltungstag ab 8:00 Uhr auf dem Parkplatz der Volksbank KölnBonn, Venloer Str. 674 -678 in 50827 Köln-Bickendorf.

WICHTIG: Alle Teilnehmenden, die sich ab Freitag, 27.09.2024 noch online nachgemeldet haben, können ihre Startunterlagen erst am Sonntag, 29.09.2024 ab 08:00 Uhr bis jeweils 45 min vor dem Start bei uns im Wettkampfbüro abholen (Veranstaltungsplatz - Venloer Str. 674-678, 50827 Köln).

Nachmeldungen sind ebenfalls in der Concertkasse Johnen möglich. In den Startunterlagen befindet sich, falls bestellt, der Leihchip und das Event-T-Shirt. Zudem findet ihr eure Startnummer und Informationen einiger Sponsoren im Briefumschlag, sowie ein kleines Präsent von Sebamed. Falls ihr Sicherheitsnadeln zum Befestigen der Startnummer benötigt, könnt ihr euch diese bei der Abholung mitnehmen.



ZEITPLAN

08:00	Start Startunterlagenausgabe (Parkplatz Volksbank Köln-Bonn eG)
09:30	0,5 km Bambinilauf (M/W U8 & Jünger) <i>präsentiert von der Sparkasse Köln-Bonn</i>
10:00	2,5 km Schüler*innenlauf (M/W U10 - M/W U16) <i>präsentiert von Sehbegleiter - Bruckmann Augenoptik</i>
10:30	2,5 km 6-Pfoten-Lauf <i>präsentiert von Allianz Generalvertretung Hans Chauvel & Heidrun Chauvel</i>
11:00	Siegerehrung Schülerlauf & 6-Pfoten-Lauf
11:30	5,0 km Volkslauf (M/W U12 - M/W 80) <i>präsentiert von der Volksbank KölnBonn eG</i> 5,0 km Mannschaftslauf <i>präsentiert von RAFA</i> 5,0 km Walking- & Nordic-Walking-Lauf <i>präsentiert von Böhm & Plassman Immobilien GmbH</i>
12:30	10,0 km Hauptlauf (M/W U16 - M/W 80) <i>präsentiert von KölnBäder</i>
14:30	Siegerehrung



SIEGEREHRUNG

Alle Teilnehmer erhalten ihre persönliche Laufzeit (ausgenommen die Bambinis).
Dazu werden wir einen QR-Code aufhängen, über den ihr eure Zeit abrufen könnt. Oder ihr ruft die Ergebnisse über unsere Internetseite www.bickendorferbuedchenlauf.de ab, dort könnt ihr auch eure persönliche Urkunde ausdrucken.



PREISE:

Finisher-Medaillen für alle Bambinis, Schüler, 6-Pfoten-Läufer und (Nordic-)Walker | Für den 2,5 km Schülerlauf gibt es eine Ehrung der Altersklassen (U10-U16; Platz 1-3) und der Gesamtsieger (Platz 1-3) | Beim 5 km Volkslauf erfolgen Ehrungen der Schüler- und Jugendaltersklassen (U12- U18; Platz 1-3), Seniorenklassen (1.Platz) und Gesamtsieger (Platz 1-3) | Beim 10 km Hauptlauf wird eine Ehrung der Schüler- und Jugendklassen (U16 & U18; Platz 1-3), Seniorenklassen (1.Platz) und Gesamtsieger (Platz 1-3) durchgeführt. | Für die Gesamtsieger des 6-Pfoten-, Schüler-, Volks- und Hauptlaufs warten zudem Sachpreise.



ANREISEN UND PARKEN

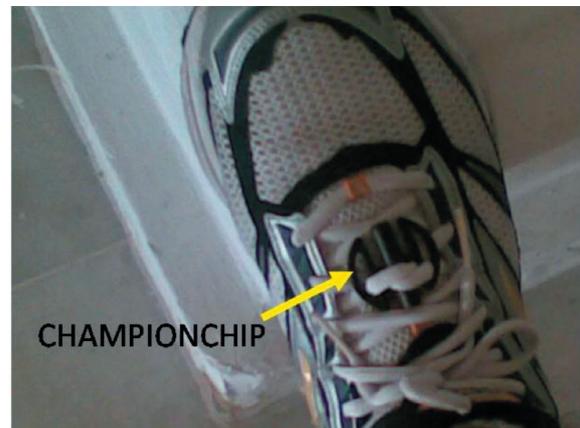


Wir empfehlen die Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Die nächstgelegene U-Bahn-Haltestelle ist die Haltestelle Rochusplatz (Linie 3 & 4). Bei Anreise mit dem PKW bestehen Parkmöglichkeiten auf dem Lidl-Parkplatz (Rochusstraße 227-235).



ZEITMESSUNG

Die Zeitmessung erfolgt ausschließlich per ChampionChip. Alle Teilnehmer (ausgenommen Bambini) benötigen einen Chip, um von der Zeitmessung erfasst zu werden. Bitte denkt daran, dass der Chip am Schnürsenkel eures Laufschuhs befestigt ist und ihr am Start und im Ziel immer über die Zeitmessmatte lauft.



Ein eigener ChampionChip kann gerne mitgebracht werden. Für alle, die keinen Chip haben, bieten wir diese gegen eine kleine Leihgebühr an.

Kinder/Jugendliche: 2 EUR

Erwachsene: 5 EUR

Chiprückgabe:

Bitte gebt nach dem Lauf den Leihchip unseren Helfer (am besten direkt im Ziel) oder bis 14.00 Uhr bei der Startunterlagenausgabe auf dem Parkplatz der Volksbank ab. Verlorene Leihchips müssen wir euch mit 25,- Euro in Rechnung stellen. Der Chip ist nur beim Büdchenlauf verwendbar.



RICHTLINIEN DES DLV

Da wir eine offizielle Laufveranstaltung sind, gelten für uns und euch die **Richtlinien des DLV**. Die folgenden Bestimmungen gelten für Läufer mit und ohne DLV-Startpass. Verstöße führen unweigerlich zu einer Disqualifikation, hierzu zählen insbesondere:

- Start mit mehreren Startnummern/Transpondern oder deren Weitergabe
- Mitführen bzw. Nutzen von technischen Hilfsmitteln, bspw. Smartphones mit Kopfhörern etc.
- Mitführen bzw. Nutzen von sonstigen technischen Hilfsmitteln
- Mitführen eines Babyjoggers o.ä.
- Mitführen von Tieren (außer beim 6-Pfoten-Lauf natürlich)
- Verlassen oder Abkürzen der offiziellen Wettkampfstrecke
- Begleiten auf Fortbewegungsmitteln wie Fahrrädern, Inliner etc.
- Verstöße gegen die sportlichen Regeln des DLV und IAAF



START



09:30 h

0,5 km Bambinilauf *(präsentiert von der Sparkasse Köln Bonn)*

Gutgelaunt und vollgepackt mit Motivation eröffnen die Bambini (bis Jahrgang 2017) den Būdchenlauf. Die Strecke führt über circa 500 Meter teilweise auf der Venoler Straße und auf dem Geh- und Fahrradweg entlang der Venloer Straße. Dabei wird die Zielgerade entgegengesetzt der Laufrichtung passiert. Jeder Bambini bekommt eine Medaille und ein kostenloses Bambinishirt.

Eine Teilnahme ist nur nach Anmeldung und mit offizieller Startnummer möglich! Der Bambinilauf ist bereits ausgebucht.



START



10:00 h

2,5 km Schülerlauf (präsentiert von Sehbegleiter – Buckmann Augenoptik)

Die Schüler (Jahrgang 2009 - 2016) sind die ersten Teilnehmer, die den 2,5 km Rundkurs durch das Veedel meistern werden. Bereits hier wird die Laufzeit individuell in brutto und netto gemessen. Auch hier gibt es im Ziel für jeden eine Finisher-Medaille von der Bickendorfer Interessengemeinschaft. Um 11:00 Uhr findet eine Ehrung der schnellsten Teilnehmer auf der Bühne statt.

Eine Teilnahme ist nur nach Anmeldung und mit offizieller Startnummer und Zeitmesschip möglich!



START



10:30 h

2,5 km 6-Pfoten-Lauf (präsentiert von Allianz Generalvertretung Hans Chauvel & Heidrun Chauvel)

Nach dem Debüt 2022 bieten wir auch 2024 den 6-Pfoten-Lauf an und geben somit allen die Möglichkeit mit ihrem Hund gemeinsam die 2,5km Runde zu absolvieren. Leinenpflicht für Hunde. Bitte zieht euren Hund nicht hinterher, der Hund gibt das Tempo an. Eine Tierhalter-Haftpflichtversicherung ist Voraussetzung, alle Hunde müssen eine gültige Tollwutschutzimpfung aufweisen können. Sozial auffällige Hunde sind nicht zugelassen!

Die Zeitmessung erfolgt mit Championchip, trotzdem steht hier der Spaß im Vordergrund und im Ziel gibt es Finishermedaillen für alle Zwei- und Vierbeiner.



START



11:30 h

5 km Walking & Nordic Walking-Lauf (präsentiert von Böhm & Plassmann Immobilien GmbH)

Im Wettbewerb über 5 km Walking erfolgt eine Zeitnahme mit dem ChampionChip. In der Ergebnisliste werden die Teilnehmer alphabetisch mit ihrer Zeit aufgeführt. Es erfolgt keine Klassenwertung. Hier steht rein die Freude an der Bewegung und gemeinsam Sport zu treiben im Vordergrund. Die Bickendorfer Interessengemeinschaft verteilt auch hier für alle Finisher im Ziel eine Medaille.

WICHTIG: Da die (Nordic-)Walker dieses Jahr gemeinsam mit den Läufern des 5km-Laufs starten, würden wir euch bitten, euch am Start eher im hinteren Bereich einzuordnen, um Stau auf der Laufstrecke zu vermeiden. Die Teilnahme ist nur nach Anmeldung und mit offizieller Startnummer möglich!



START



11:30 h

5,0 km Volkslauf (präsentiert von Volksbank KölnBonn eG)

Zwei volle Runden die Stimmung genießen und das Letzte aus sich raus-holen - und anschließend noch die Läufer anfeuern, die ihr Rennen noch vor sich haben. Ab Jahrgang 2014, mit individueller Brutto- und Nettozeit und Altersklassenwertung.

Teilnahme ist nur nach Anmeldung und mit offizieller Startnummer möglich.

5,0 km Mannschaftslauf (präsentiert von RAFA)

Einteilung der Mannschaften in Herren-, Damen- und Mixedteams. Jedes Team besteht aus mindestens drei, maximal aus fünf Läufern – Die Teamzeit ergibt sich aus der Addition der drei besten Einzelzeiten. Bei Mixedteams muss mindestens eine Frauen-Laufzeit gewertet werden. Alle Teilnehmer von Mannschaftsläufen werden automatisch auch im Rahmen des 5 km-Einzellaufs gewertet.



START



12:30 h

10,0 km Hauptlauf (präsentiert von KölnBäder GmbH)

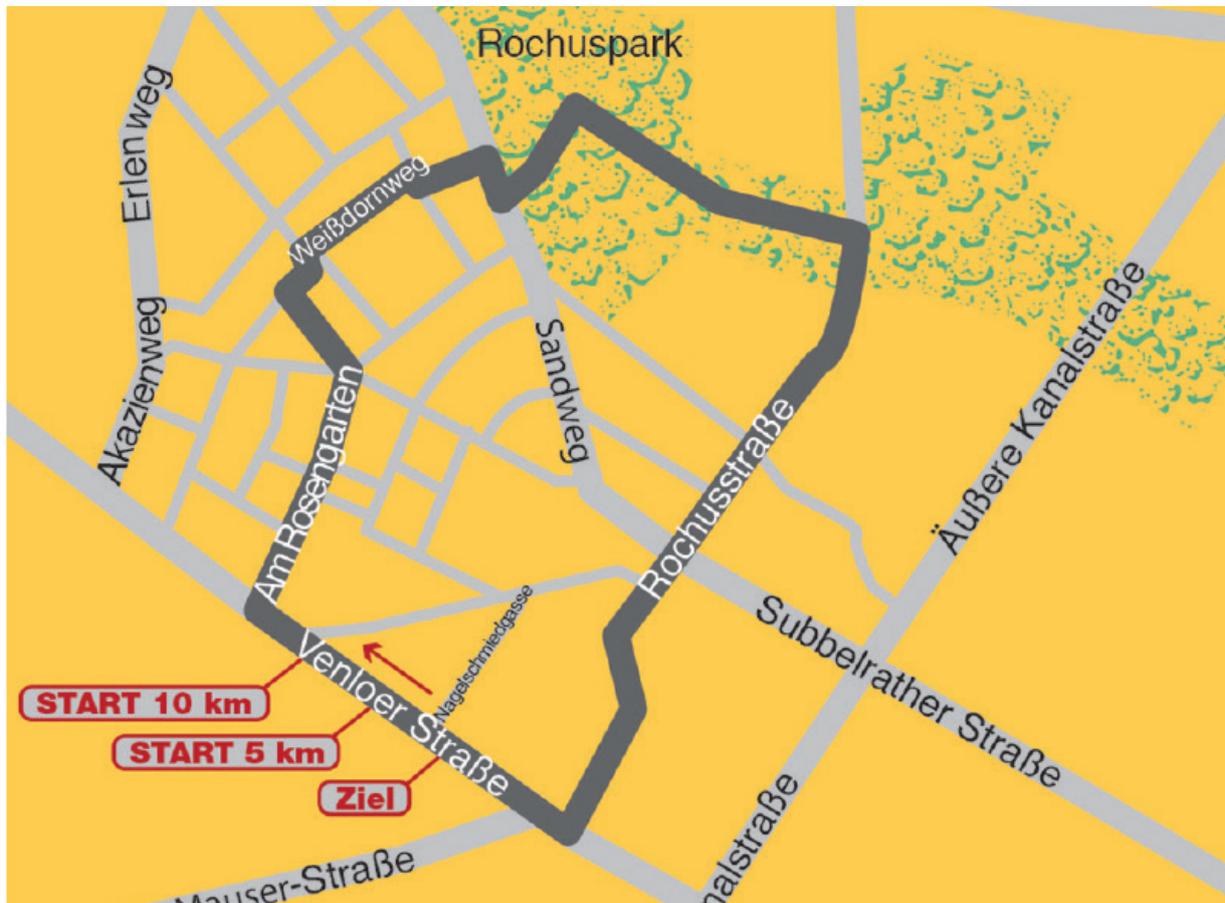
Egal, ob es der erste 10er ist, oder der letzte Test für den Marathon. Die Strecke ist für alle gleich - und den Applaus der Zuschauer haben sich alle Läufer gleichermaßen verdient.

Bei der Siegerehrung gibt es Medaillen für die Altersklassenwertung und Sachpreise für die Gesamtsieger. Teilnehmen dürfen alle ab Jahrgang 2010.

Die Teilnahme ist nur nach Anmeldung und mit offizieller Startnummer möglich!



STRECKE 5 und 10 km

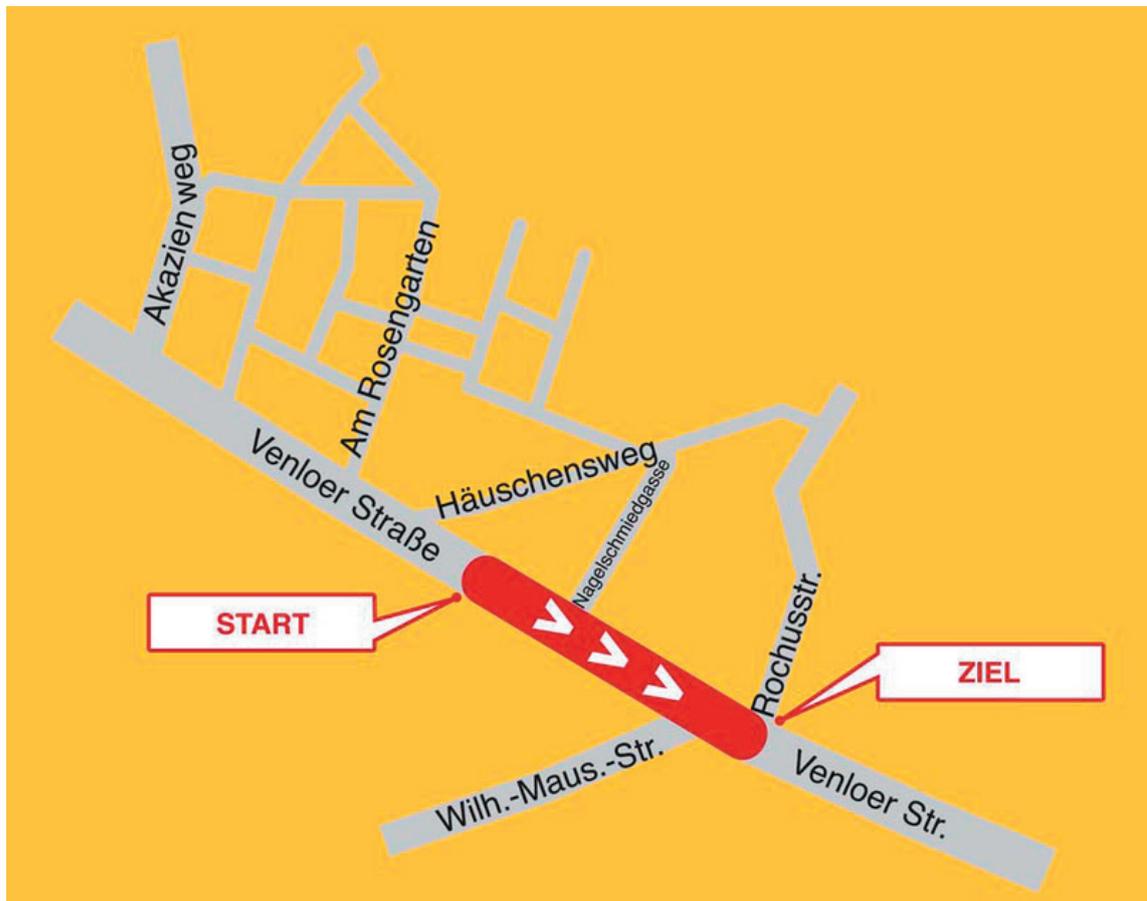


Der DLV-vermessene 2,5 km-Rundkurs führt durch die Siedlung Köln-Bickendorf und den Rochuspark. Die Strecke ist flach und absolut bestzeitentauglich!

Start und Ziel ist auf der Venloer Straße, 50827 Köln-Bickendorf.



STRECKE Bambini



Die Bambinis laufen auf der Venloer Straße - Die Laufrichtung ist hier umgedreht!



ZIELVERPFLEGUNG präsentiert von Itting GmbH



Im Zielbereich liegen für die Teilnehmer Bananen, Äpfel, Kuchen und Salzstangen bereit. Ebenso warten hier auf die Finisher ein isotonisches Gaffel alkoholfrei und weitere Getränke. Auf der Strecke versorgt die Sparkasse KölnBonn die Teilnehmer mit Getränken (Ecke Rochusstr./ Venloer Str).



RAHMENPROGRAMM



Nach dem ersten Erwachsenenlauf besteht für jeden Teilnehmer die Möglichkeit, sich bei einer Massage von einem unser Co-Sponsoren **Physiosport Breitung** zu entspannen. Diese ist kostenlos. Zudem kann man ein professionelles Kinesiotaping für 5€ erwerben und Gutscheine für eine 30-minütige Massage kaufen.

Bei Physiosport Breitung dreht sich alles um Gesundheit: Physiotherapeutische Behandlung auf höchstem Niveau, für Sportlerinnen und Sportler; für gesetzlich, berufsgenossenschaftlich und privat Versicherte, für Reha- und Präventivpatienten.

Wie in jedem Jahr wird die **Bickendorfer Interessengemeinschaft** auf dem Festplatz des Büdchenlaufes vertreten sein. Hier wird es die Gelegenheit geben, um über aktuelle und zukunftsweisende Themen im Veedle zu sprechen. Darüber hinaus wird vor Ort die neuste Ausgabe des big Magazins vorgestellt



RAHMENPROGRAMM

Musikalisch werden wir, wie auch die Jahre zuvor, von der **Rochus Musikschule** begleitet. Auf der Hauptbühne, sind sie mit einem Chor, einem Gitarren Duo, einer Jugend Cover Band, einer Salsa Band und einer Rock Band am Start und geben ihre Stücke zum besten. Am Stand der Rochus-Musikschule gibt es Infos und Beratung zum kompletten musikalischen Angebot und die Möglichkeit, sich direkt für einen Kurs anzumelden.



In diesem Jahr auch mit dabei ist unser Partner **Dirk Meyer Elektro- und Beleuchtungstechnik e.K.**. Hier habt ihr die Möglichkeit eure ruhige Hand beim Spiel „Heißer Draht“ unter Beweis zu stellen. Außerdem erfahrt ihr an dem Tag alles zum Thema Wohnungsbau (Solar, E-Mobilität, Blitz- und Überspannungsschutz, steuerbare Verbrauchseinrichtungen und die Prüfung elektrischer Anlagen)

Weiterhin habt ihr die Chance unsere Sponsoren **Sehbegleiter - Bruckmann Augenoptik** an ihrem Stand kennenzulernen, wo sie eine Beratung für den Sportbrillenkauf anbieten. Weiterhin können Kinder dort einen kostenlosen Sehtest machen.



RAHMENPROGRAMM

Beim Stand von unserem Partner **Böhm & Pläßmann Immobilien** können die Sportbegeisterten unter euch ihr Ballgeschick und ihre Treffsicherheit beim Torwandschießen unter Beweis stellen.

Als Experten im Immobilienbereich stehen sie auch gerne zur Beratung rund um das Thema Immobilien zur Verfügung.

Kulinarisch werden wir unterstützt durch **Eckstein**, welche von ihrer Filiale in Sülz den Weg auf unser Veranstaltungsgelände gefunden haben, um euch mit frisch gegrillten Bratwürsten, Currywurst, Pommes, Bier, Kaltgetränke und Kaffeespezialitäten zu begeistern.



RAHMENPROGRAMM

Bei unserem diesjährigen Partner, der **Allianz Generalvertretung Hans und Heidrun Chauvel**, habt ihr die Chance auf tolle Gewinne beim Gewinnspiel „Schätzspiel Fußballsäule“.

Außerdem werdet ihr hier mit allen Infos rund um die Themen Versicherung, Vorsorge und Immobilienfinanzierung versorgt. Besonderer Fokus liegt beim Büdchenlauf auf den Tierversicherungen und der Kindervorsorge.

Die **Volksbank KölnBonn** ist auch dieses Jahr wieder mit einem Stand vertreten. Hier wird es die Möglichkeit geben mit den Bankvertretern in Austausch zu kommen und sich mit den verschiedenen Angebote der Volksbank vertraut zu machen.



VON A BIS Z

Abmeldung

Bei Nichtantreten oder vorheriger Absage (auch mit Attest) erfolgt keine Erstattung der Startgebühr.

Erste Hilfe

Beim Lauf ist die medizinische Versorgung durch die Malteser gewährleistet. Bitte gehen Sie nur gesund und trainiert an den Start. Sollten Sie oder ein anderer Läufer gesundheitliche Probleme haben, wenden Sie sich bitte an unsere Helfer.

Funktionsshirt

Am Veranstaltungstag wird eine limitierte Menge an Funktionsshirts bei uns im Orga-Büdchen auf dem Veranstaltungsgelände (Parkplatz Volksbank KölnBonn) zum Verkauf stehen.

Das offizielle Funktionsshirt 2024 gibt es in Herren- und Damenschnitt für 20 Euro und das Kids-Funktionsshirt für 18 Euro.

Garderobe

Die Garderobe befindet sich im „Forum“ des Bestattungsinstitut Ahlbach, Venloer Str. 685 (in Höhe des Zielbereichs) und ist bis 15.00 Uhr geöffnet. Beachtet bitte die Beschilderung vor Ort. Bitte gebt keine Wertsachen ab, der Veranstalter und Ahlbach Bestattungen übernehmen für Verluste keine Haftung!

Haftung

Für gesundheitliche Schäden, Unfälle, Diebstahl und sonstige Schäden (auch an der Garderobe) wird keine Haftung übernommen.



VON A BIS Z

Haftung/Teilnahmebedingungen 6-Pfoten-Lauf:

Eure Hunde sind während des Laufes und an der Strecke an der Leine zu führen! Freilaufende Hunde sind nicht geduldet. Außerdem muss dein Hund ein Geschirr beim Lauf tragen und bitte nicht den Hund hinterher ziehen. Das entspricht nicht dem Tierschutzgedanken. Dein Hund gibt das Tempo vor!!

Eine Tierhalter-Haftpflichtversicherung ist Voraussetzung! Alle Hunde müssen eine gültige Tollwutschutzimpfung vorweisen können. Sozial auffällige Hunde sind nicht zugelassen!

Läufer-Knigge

Wir freuen uns sehr über den großen Zuspruch und die zahlreichen Anmeldungen. Dadurch werden die Laufstrecken natürlich auch voller, weswegen wir euch bitten möchten ein paar Punkte des LÄUFER-KNIGGES zu beachten, damit auch jeder Spaß beim Laufen hat:

Ordnet euch beim Start REALISTISCH ein - wer nicht um den Sieg mitläuft, braucht nicht aus der ersten Reihe zu starten. Dank der Zeitmessung mit dem ChampionChip erhaltet ihr am Ende auch genau die Zeit, die ihr für die Strecke benötigt habt.

Versucht bitte auf der linken Streckenhälfte etwas PLATZ für die schnelleren Läufer zu lassen - ihr lauft ja schließlich miteinander gegen die Uhr. Einen KÜHLEN KOPF bewahren: Sollte euch ein anderer Läufer mal behindern, ist das sicher keine Absicht, also übt ein wenig Nachsicht.

Kopfhörer, Kinderwagen und Hunde (außer beim 6-Pfoten-Lauf natürlich) bitte zuhause lassen, damit alle Läufer den gleichen Spaß haben können und nicht behindert werden!



VON A BIS Z

Nachmeldungen

Nachmeldungen können Samstag, den 28. September 2024 in der Concertkasse Johnen vorgenommen werden. Bis Freitag, den 27. September 2024 sind diese ebenfalls online möglich. Am Veranstaltungstag können Nachmeldungen bis ca. 60 Minuten vor dem Start vorgenommen werden. Die Nachmeldegebühren betragen 1 EUR für Bambinis, Jugendliche und Schüler, 2 EUR für Erwachsene und 5 EUR für Mannschaften.

Rückerstattung des erworbenen Funktionsshirts

Leider können wir euch das Geld nicht zurückerstatten. Aber ihr könnt das Funktionsshirt gerne vor Ort abholen oder jemanden dafür vorbeisenden.

Wenn ihr uns einen frankierten (2,20EUR) DIN A4 – Umschlag zusendet, schicken wir euch das Funktionsshirt auch im Nachgang der Veranstaltung nach Hause.

Ummeldungen

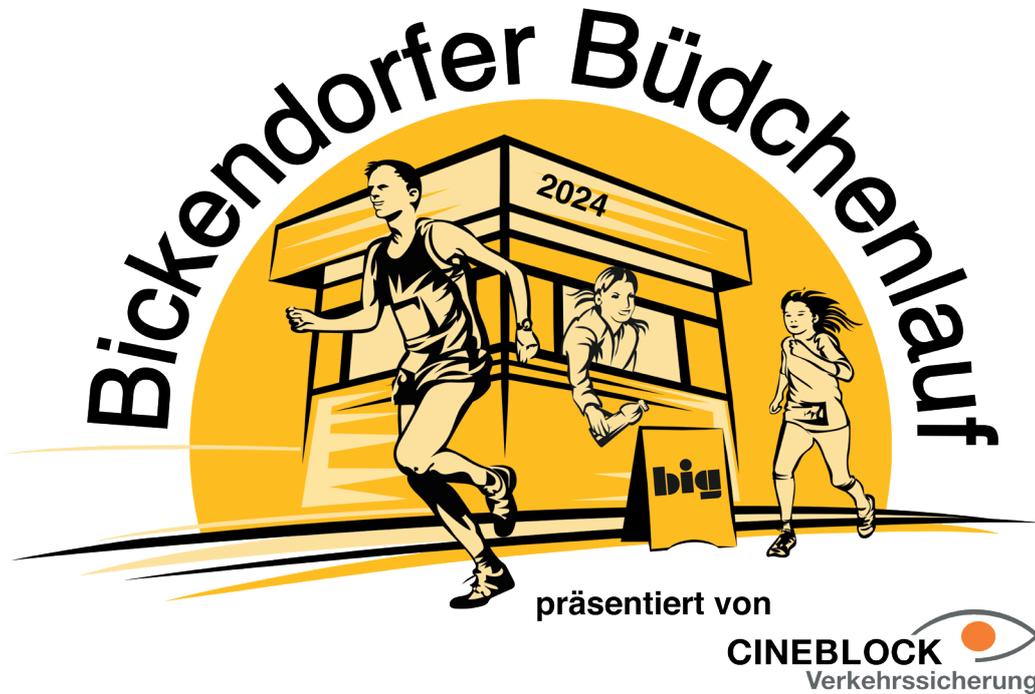
Änderungen der Distanz können Samstag, den 28. September 2024 in der Concertkasse Johnen vorgenommen werden. Am Veranstaltungstag können diese bis ca. 60 Minuten vor dem Start auf dem Veranstaltungsgelände vorgenommen werden. Dafür wird eine Ummeldegebühr berechnet. Ummeldungen auf eine andere Person sind leider nicht möglich.

WC

Toiletten befinden sich auf dem Parkplatz der Firma Cremer Installation in der Nagelschmiedgasse - neben dem Parkplatz der Volksbank KölnBonn eG. Bitte beachtet die Beschilderung.



KONTAKT



HOMEPAGE

www.bickendorferbuedchenlauf.de

E-MAIL

info@bickendorf-lauf.de

TELEFON

0221 4998866

Eine Veranstaltung von



und



König Event Marketing
Oskar-Jäger-Str. 173

Bickendorfer Interessensgemeinschaft e.V.
Venloer Straße 662