



mehr als ein Firmenlauf

5. VISION run

6. September 2018

St. Pölten

www.visionrun.at

SPORT
GSUNDFIT
GENUSS
PARTY
BUSINESS
CHARITY

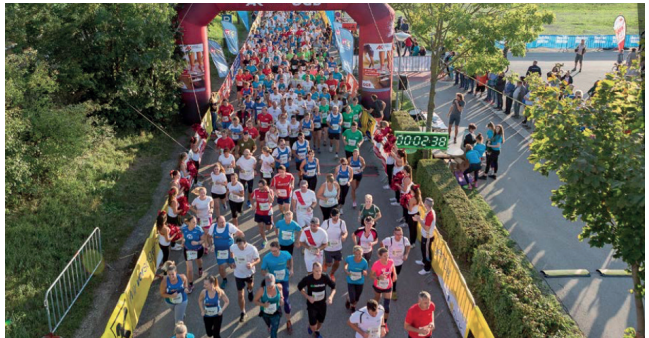
Alle Infos für deine
Firma / dein Team



VISION RUN

- mehr als ein Firmenlauf

Die Kombination aus Business, Sportevent, Gesundheitsthemen und sozialem Engagement mit sehr viel Spaß und guter Unterhaltung für Firmen aus der Region – das zeichnet den VISION RUN aus und macht ihn in Österreich einzigartig!



VISION RUN FACTS

- gemeinsam im 3er-Firmenteam ein sportliches Ziel erreichen
- jedes Team widmet mit seiner Teilnahme € 30,- an eine der fünf sozialen Partnerorganisationen des VISION RUN
- nach dem Lauf lädt die Genussmeile mit verschiedenen Schmankerln aus der Region zum Stärken und Genießen ein
- zahlreiche Gesundheits- und Aktivstände laden bei der GsundFit-Meile zum Mitmachen ein
- ein tolles Showprogramm mit Moderation, Live-Band und DJ stehen auch heuer wieder am Plan für einen unvergesslichen Abend

Raus aus dem Bürosessel und rein in die Laufschuhe!

Damit für dich und deine Firma der Weg bis zum VISION RUN so einfach wie möglich wird, findest du in diesem Leitfaden alle Infos für deine Firma bzw. dein Team. Noch besser: Wir haben einen kompletten Fahrplan für dich zusammengestellt!

TIPP: Du kannst dein(e) Team(s) zwar bis 02.09. anmelden, den **günstigsten Team-Preis** gibt es bei einer **Anmeldung bis 30.04.**

Gemma's an!

jetzt bis
zum Lauf

- Anzahl der 3er-Teams
- Informationen für die Anmeldung
- Anmeldung des/der Teams
- Änderungen im Team
- Zusatzmöglichkeiten
- Vorbereitung auf den Lauf

am
Lauftag

- Anreise zum Lauf
- Startnummernausgabe & Startersackerl
- Umkleide- & Verwahrungsmöglichkeiten
- Genuss- und GsundFit-Meile
- Start

nach
dem Lauf

- Nachlesen, Erinnern und Herzeigen
- Nach dem Lauf ist vor dem Lauf

jetzt bis
zum Lauf

Anmeldung bis 02.09. | Änderungen bis 30.08.

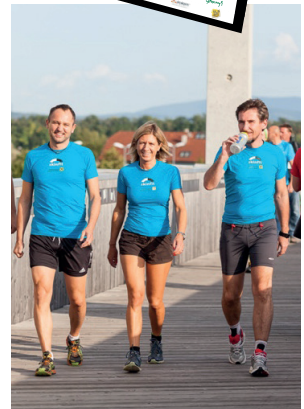
Anzahl der 3er-Teams

Damit ihr das herausfindet, fragt ihr am besten persönlich oder per Mail in eurer Firma herum. Als Hilfestellung haben wir euch unter www.visionrun.at/mach_mit/info_corner/ ein Begleitschreiben bereitgestellt.

Als Anhang oder auch zum Aushängen in der Firma könnt ihr unseren Webflyer verwenden, den ihr ebenfalls unter dem Link oben findet.

Soviel vorab:

- jeder Starter des 3er-Teams läuft oder wagt 5 km
- die Zeiten der einzelnen Team-Mitglieder werden dann zusammengezählt und als Team gewertet
- es gibt drei Teamwertungen: weiblich, männlich, mixed
- die Nennung mehrerer Teams eines Unternehmens ist möglich und auch erwünscht: das Unternehmen mit den meisten Startern erhält für 2018 den Wanderpokal!



Informationen für die Anmeldung

Sobald sich die 3er-Teams zusammengefunden haben, kann auch schon angemeldet werden. Folgende Angaben müssen bei der Anmeldung eingegeben werden - also am besten schon vorher einholen:

- Modus Vision Run oder Vision Walk
- Projekt, an das die Teamspende gehen soll
- Geburtsjahr, Geschlecht und E-Mail der 3 Teilnehmer
- Erwartete Endzeit

Modus Vision Run oder Vision Walk:

Jeder Läufer hat eine Gesamtstrecke von 5 km zu absolvieren, die Zeiten der einzelnen Team-Mitglieder werden addiert und im Team gewertet.

Auch beim Bewerb Nordic Walking absolviert **jeder Walker** die 5 km lange Strecke, nur soll hier der Gesundheitsaspekt im Vordergrund stehen.



Zusätzlich gibt es wie im letzten Jahr eine eigene **Smovey-Wertung** - einfach bei der Anmeldung angeben. Bitte bringt dafür am Lauftag eure eigenen Smoveys mit.

jetzt bis
zum Lauf

Anmeldung bis 02.09. | Änderungen bis 30.08.

Projekt, an das die Teamspende gehen soll:

Das wirklich Besondere am VISION RUN ist der soziale Hintergrund. So ist bereits im Startgeld eine Spende von € 30,- je Team enthalten, die **eine der fünf sozialen Partnerorganisationen** des VISION RUN gewidmet werden kann:

- Tagesstätte St. Pölten
- Caritas - Sozialberatung.Nothilfe
- NÖ Versehrtensportverband - Team Aigner
- Antlas St. Pölten
- Verein e.motion - Equotherapie

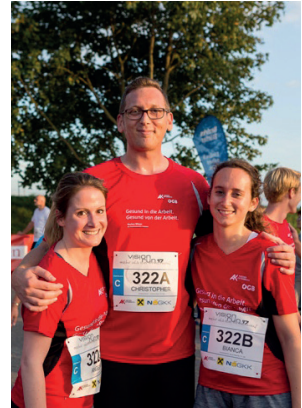


Fotocredits & Copyright: Fotolia, Team Aigner, Antlas, e.motion, SportVision

Nähere Informationen zu allen Projekten findest du unter
www.visionrun.at/soziales_engagement/

Geburtsjahr, Geschlecht und E-Mail der 3 Teilnehmer:

Das Geburtsjahr soll angegeben werden, um das **Mindestalter** zu überprüfen (15 Jahre / Jg. 2003 und älter). Damit das Team in die richtige Wertungsgruppe eingetragen werden kann (**männlich, weiblich, mixed**), wird bei der Anmeldung auch nach dem Geschlecht des Läufers gefragt. Mit der Angabe der E-Mail-Adresse wird jeder Teilnehmer vor und nach dem Event mit **Info-Updates** versorgt.



Erwartete Endzeit:

Um allen LäuferInnen ein angenehmes Lauffeeling bieten zu können, können die drei Team-Mitglieder in unterschiedlichen Blöcken aufgestellt sein, denn die Zeiten werden für die Wertung addiert. Wir wollen damit vermeiden, dass Engpässe oder Rückstaus entstehen oder Teilnehmer sich neben schnellen Läufern überfordern. Flotte Läufer sollen die Möglichkeit haben, das gewünschte Tempo zügig ohne Stau laufen zu können.

Die erwartete Zeit, die bei der Anmeldung angegeben wird, ist Basis für die Blockeinteilung. Eine richtige Einschätzung ist daher für das gesamte Starterfeld hilfreich.

**... und
jetzt zur
Anmeldung!**

jetzt bis
zum Lauf

Anmeldung bis 02.09. | Änderungen bis 30.08.

Anmeldung des/der Teams

Sobald ihr alle Informationen zusammengetragen habt, geht es auch schon zur Anmeldung auf www.visionrun.at. Rechts oben neben dem Menü findet ihr den Button „Anmeldung“. Von da an einfach der Anweisung folgen.



TIPP: Am besten bei pentektinging als Benutzer anmelden, denn hier könnt ihr auch später den Anmeldestatus jederzeit überwachen und Anmelde Daten ändern.

5 oder mehr Teams

Wenn du als Firma 5 oder mehr Teams anmelden möchtest, fülle bitte das Formular unter www.visionrun.at/mach_mit/anmeldung_ab_5_teams/ aus. Du erhältst in den folgenden Tagen per Mail einen Link mit den Zugangsdaten zum Business-Login.

Beim Business-Login kannst du die startenden Teams eintragen und verwalten, Änderungen durchführen oder auch Teams löschen.

TIPP: Beachte die Deadline für Änderungen 7 Tage vor Online-Nennschluss. Die Rechnung wird nach dieser Deadline erstellt.

5
oder
mehr
Teams

Zusatzmöglichkeiten



Firmenshirts

Um sich auch nach außen als Team(s) eurer Firma zu präsentieren, könnt ihr alle im selben Laufshirt beim VISION RUN auftreten.

Shirts mit Damen- und Herrenschnitt (mit und ohne Ärmel) und in mehr als 10 verschiedenen Farben können sogar mit eurem Firmenlogo bedruckt werden.

Details & Bestellung unter www.visionrun.at/t_shirt_bestellung/

Bestellfrist: 09.08.2018

Firmenpagode & Catering

Nach dem Lauf wird gefeiert! Damit ihr auch hier beisammen sein könnt, haben wir 4 Möglichkeiten für den genüsslichen Part:



- Firmencatering inkl. Tischreservierung (Tische in Genuss-Zone outdoor)
- Firmenpagode „Hauptplatz“ - **AUSVERKAUFT!**
- Firmenpagode „Genussmeile“
- Firmencatering & Firmenpagode (Tische im eigenen Zelt)

Details, Preise & Buchung unter

www.visionrun.at/mach_mit/firmen_services/

jetzt bis
zum Lauf

Anmeldung bis 02.09. | Änderungen bis 30.08.

Änderungen im Team

Sollte sich nach der Anmeldung noch etwas ändern - zB weil sich die Teams anders durchmischen oder jemand doch nicht kann - könnt ihr das natürlich noch korrigieren. Und das selbst!

Wenn du deine Anmeldung als registrierter Benutzer bei pentektiming durchgeführt hast, kannst du alle Anmeldeinformationen online jederzeit ändern. Alle Änderungen bis 30. August können auf der Startnummer berücksichtigt werden. Danach sind Änderungen noch bis 02. September möglich und werden in den Ergebnissen berücksichtigt, allerdings nicht mehr auf der Startnummer.



Vorbereitung auf den Lauf

Nach der Anmeldung sind es meist noch mehrere Wochen bis zum Lauf. Als Training können die Teams - und natürlich auch alle Kollegen, die nicht beim VISION RUN mitlaufen - beispielsweise bei der FIRMEN CHALLENGE mitmachen.



Dabei handelt es sich um eine Lauf Challenge für Unternehmen und deren Mitarbeiter. Bei ihrer ersten Ausgabe im Sommer 2018 wird sie 31 Tage - den gesamten Juli - umfassen.

Wie beim VISION RUN steht auch hier der soziale Aspekt neben dem sportlichen Wettstreit innerhalb des eigenen Betriebs als auch mit allen anderen teilnehmenden Unternehmen Österreichs bzw. auf internationaler Ebene im Fokus.



Mehr Infos dazu auf www.firmenchallenge.at

Anreise zur Location

Je nachdem wie ihr anreisen möchtet, findet ihr alle nötigen Informationen auf www.visionrun.at/mach_mit/info_corner/anfahrt/

- Anfahrt mit PKW und Bus
- Vorhandene Parkeinrichtungen
- Öffentliche Anreise
- Nicht motorisierte Anreise

ADRESSE:

NV Arena,
Bimbo Binder Promenade,
3100 St.Pölten

Startnummerausgabe & Abholung der Startersackerl

Die Startnummern und Startersackerl können am Laufitag oder schon am Vortag abgeholt werden:

- Mittwoch, 05.09., von 17:00 bis 19:00 Uhr
- Donnerstag, 06.09., ab 15:00 Uhr

TIPP: Da unsere Startersackerl Qualität UND Quantität haben, solltet ihr beim Abholen genügend Platz im Kofferraum haben. Beim Transport zum Auto und Einladen helfen wir euch natürlich!

Umkleide- & Verwahrungsmöglichkeiten

Schnelle Variante / Garderobenwagen:

Für alle, die frisches Gewand abgeben und sich nur schnell umziehen und abtrocknen wollen, gibt es eigene Umkleiden in Nähe des Start/Ziel-Bereichs und der Labe - bis 20:00 Uhr.



Zwei Pagoden (männlich/weiblich) stehen zusätzlich zum Umziehen zur Verfügung.

Luxus-Variante:

Duschen und versperrbare Garderobekästchen könnt ihr in der Gymnastikhalle nutzen.

Start

Die Bewerbe starten um 18:00 Uhr im Blockstartverfahren.



Genuss- & GsundFit-Meile

Genussmeile:

Nach der sportlichen Betätigung in der Natur, zwischen Wasser und Wiese, lädt die Genussmeile mit verschiedenen Schmankerln aus der Region zum Stärken und Genießen ein. Für musikalische Untermalung und ausgelassene Stimmung sorgt auch heuer wieder ein tolles Showprogramm mit Moderation, Live-Band und DJ.

GsundFit-Meile:

Der VISION RUN unterstreicht die Importanz von Sport im Alltag und bietet neben dem Symposium-Gesundheit auch vielfältige Möglichkeiten bei der GsundFit-Meile. Zahlreiche Gesundheits- und Aktivstände laden direkt vor Ort zum Mitmachen ein. Außerdem geben Experten Tipps zu Sport & Gesundheit und stehen für Fragen zur Verfügung.



nach
dem Lauf

Nachlesen, Erinnern und Herzeigen

- alle Ergebnisse findet ihr auf unserer Website
www.visionrun.at
- über unsere Facebook-Seite halten wir euch auch nach dem Event am Laufenden, also am besten gleich LIKEN!
www.facebook.com/visionrun.at
- auf unserem YouTube Channel findet ihr alle Videos
www.youtube.com/user/VisionRun1
- einige Wochen nach dem Lauf bringen wir im Magazin alles rund um den VISION RUN zum Nachlesen, Erinnern und Herzeigen www.visionrun.at/vision_run_magazin/

Nach dem Lauf ist vor dem Lauf

Die Auftaktveranstaltung zum VISION RUN 2019 bildet wie gehabt das Symposium-Gesundheit gemeinsam mit der Donau-Universität Krems. Alle Details unter www.symposium-gesundheit.at

SAVE THE DATE:

06.11. 2018
Symposium Gesundheit

Campus Donau
Universität, 3500 Krems

mehr als ein Firmenlauf
**5. VISION
run**

FIRMEN
challenge.at



Österreichs Firmenlaufmeisterschaft
zugunsten von Spendenprojekten

4 Wochen lang als Firma gegen andere Unternehmen
laufen und im Team km sammeln. Die höchste durch-
schnittliche Zahl an km pro Mitarbeiter und Tag gewinnt.
Die größte angemeldete Gruppe gewinnt ebenfalls.

Anmeldung: 1. Mai - 15. Juni 2018:
www.firmenchallenge.at

Nenngeld: EUR 10,- (EUR 5,- Spende für
NGO-Projekte inkludiert)

Termin: 1. - 31. Juli 2018



www.firmenchallenge.at

VISION RUN 2018
DO 6. Sept. 2018
» St. Pölten
www.visionrun.at

