

Bis zu 500 Euro aus Ihrem **AOK-** Gesundheitsbudget

Bei uns ist mehr für Sie drin.
Setzen Sie Ihr **AOK-Gesund-**
heitsbudget für Mehrleistungen
Ihrer Wahl ein:



- professionelle Zahnreinigung
- Osteopathie
- zum Beispiel nicht verschreibungspflichtige, apothekenpflichtige Arzneimittel der Homöopathie
- zusätzliche Leistungen in der Schwangerschaft
- Schutzimpfungen

Ihr AOK-Gesundheitspartner
Uwe Kappner berät Sie gern
unter **0800 2655-502754**.



Für weitere Infos einfach den
QR-Code scannen.

Siegerehrung:

- Die drei **teilnehmerstärksten Firmen** werden mit Preisen ausgezeichnet.
- Die Firma mit den meisten **weiblichen Teilnehmern** wird ausgezeichnet.
- Die **bestplatzierten Mannschaften** erhalten einen Pokal
 - das schnellste Männerteam
 - das schnellste Frauenteam
- **Alle Firmenteams** erhalten eine Urkunde mit der Platzierung und der Gesamtzeit.

Strecke und Parken



AOK-Firmen- LAUF

navigator GRUPPE
MENSCHEN STEuern UNTERNEHMEN

IHR WIRTSCHAFTSPRÜFER / STEUERBERATER
IN GÜTERSLOH, HERZEBROCK-CLARHOLZ,
RHEDA-WIEDENBRÜCK UND HAMM

Tel.: 05242.93 11 2-0
kontakt@navigator-gruppe.de
www.navigator-gruppe.de



AOK-Firmenlauf Wiedenbrück

Mittwoch, 8. Juni 2022

Start/Ziel: Marktplatz Wiedenbrück

Wir wollen es versuchen...

Nach einem Jahr mit einem virtuellen Firmenlauf (2020) und einem Jahr Pause (2021) möchten wir mit dem beliebten AOK-Firmenlauf Wiedenbrück in diesem Frühsommer durchstarten.

Voraussetzung dafür dürften auch im dritten Jahr gewisse Maßnahmen des Corona-Schutzes sein, die im Detail noch in Absprache mit den Behörden festgelegt werden. Dazu wird es genau drei Wochen vor dem Event Mitte Mai genauere Informationen geben.

Sollten die Inzidenzen im Juni keine Präsenzveranstaltung zulassen, wird es ein virtuelles Laufangebot geben.

Unabhängig davon: virtuell mitzulaufen ist erstmals in diesem Sommer möglich – wer am 8. Juni also verhindert ist, kann durch einen „privaten“ Lauf in der Vorwoche dann doch irgendwie dabei sein.

Ziel des Events ist es nach wie vor, den Laufsport und die Gesundheit zu fördern. Deshalb freuen wir uns, dieses Angebot nach zwei Jahren Pause endlich wieder real im Angebot zu haben.

Wir freuen uns auf Sie am 8. Juni!

Sportliche Grüße, *Robert Becker* und die AOK NordWest



Start und Ziel ist auf dem Marktplatz.

Zeitplan

Ab 19.00 Uhr erfolgen die Starts!

Los geht es mit den Startgruppen für 4-km-Lauf/Walking (2 Runden), anschließend folgt der 6-km-Firmenlauf (3 Runden).

Genaue Zeitangaben erfahren Sie mit der Meldebestätigung bzw. ab 15. Mai auf der Internetseite.

AOK-Firmenlauf Wiedenbrück.

Alternative Variante: „hybrid-virtuell“

Firmen, die teilnehmen möchten, ohne zur Präsenzveranstaltung zu kommen, können den Lauf in der Woche vor dem 8. Juni virtuell absolvieren. Ergebnismeldung bis 7. Juni online.

OWL-Firmenlaufmeisterschaft

Der Wiedenbrücker AOK-Firmenlauf ist seit 2016 die „Ostwestfalenmeisterschaft im Firmenlauf“. Ein weiterer Ansporn für alle Verwaltungen und Behörden: Wir bitten zum Vergleich aller Stadt- und Kreisverwaltungen in der Region. Holen Sie den „Pott“ für Ihre Stadt!

Anmeldung

Einzelanmeldungen über den Link auf www.firmenlauf-wiedenbrueck.de

Neu: Ein Teilnehmer kann sich direkt anmelden. In diesem Fall ist der Teilnehmerbeitrag umgehend zu überweisen. Zahlt die Firma, so gibt der Teamkapitän die Namen der über die Online-Anmeldung eingegebenen Personen per Mail an den



Siegerpokale 2018 für die schnellsten Frauen und Männer.

Veranstalter durch (an: rb@rb-medien-service.de) und es wird eine Sammelrechnung für die Firma erstellt.

Bitte daher die genaue Firmenbezeichnung angeben!

Teilnahmegebühren:

AOK-Firmenlauf: 10,00 Euro p. P. bis 25.04.2022 / 12,00 Euro p. P. ab 26.04.2022

Schüler bis einschl. 17 J.: 3,00 Euro p. P. bis 25.04.2022 / 4,00 Euro p. P. ab 26.04.2022

Meldeschluss: 15. Mai 2022

Bis zum 25. April gelten die oben genannten günstigen Frühbuchertarife!

Die Startnummern erhält jede Firma / jeder einzeln angemeldete Teilnehmer wenige Tage vor dem Lauf auf dem Postweg.

Virtueller Lauf bei einer Corona-Absage

Sollte der Lauf abgesagt werden müssen, weil die Behörden aufgrund von Corona keine Genehmigung erteilen können, wird es einen virtuellen Lauf geben. Näheres dazu gibt es dann im konkreten Fall.

Nachmeldungen

Nachmeldungen sind nur dann möglich, wenn noch Plätze frei sind. Es gibt erstmals ein Teilnehmerlimit von 1.500 Personen!

3er Teamwertung

Jede Firma startet als ein großes Team. Um am Ende eine Firma als Sieger küren zu können, werden die Zeiten der drei besten Läuferinnen und Läufer eines Unternehmens addiert, dann erfolgt eine Addition der nächstbesten drei Zeiten usw.

Ansprechpartner/ Kapitän

Jede Firma kann einen Teamkapitän benennen, der für die Koordination der Kolleginnen und Kollegen, wie z.B. die Anmeldung und die Abrechnung, zuständig ist.

Teilnehmerpaket

Jeder Teilnehmer, jede Teilnehmerin erhält eine Urkunde als Download-PDF mit der Platzierung und Einzelzeit sowie Zielverpflügung.

Azubi-Teams gesucht

Wir suchen das größte und das schnellste Azubi-Team. Bitte in der Anmeldung entsprechend „Azubi“ ankreuzen.

Ranocalcin®

Meine Rückenstütze mit der 3-fach Wirkung

Die einzigartige Kombination aus 6 mineralischen Wirkstoffen für

- flexible Faszien
- starke Knochen
- elastische Sehnen und Bänder.

Wirksamkeit und Verträglichkeit in Studie belegt¹

¹ Nichtinterventionelle Studie: Hucke S, Berg R, Thiem H, Schultz N, Wegener T. Verringerung von Beschwerden des Stütz- und Bewegungsapparats. Zkm 2017; (9)3:58-63

Ranocalcin®. Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Schwächestände des Stütz- und Bindegewebes und der Knochen. Enthält Lactose. Packungsbeilage beachten. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. info@pflueger.de. www.pflueger.de

www.ranocalcin.de