

# Ranocalcin®

starker Partner für Knochen, Sehnen/Bänder und das fasziale Bindegewebe

Wirkt ganzheitlich und nachhaltig dank einzigartigem mineralischen Wirkkomplex.



Damit Sie im Alltag aktiv sein können



Mehr zum Thema Rückengesundheit finden Sie auf [www.ranocalcin.de](http://www.ranocalcin.de)

\* Nichtinterventionelle Studie mit Ranocalcin®: Hücke et al. 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: Schwächezustände des Stütz- und Bindegewebes und der Knochen. Enthält Lactose. Packungsbeilage beachten. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. [info@pflueger.de](mailto:info@pflueger.de) | [www.pflueger.de](http://www.pflueger.de)



Wertstoffmanagement. Recycling.  
MIT UNS SCHLIESSEN SIE KREISLÄUFE.

[www.reiling.de](http://www.reiling.de)

## 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



**navigator GRUPPE**  
WIRTSCHAFTSPRÜFER. STEUERBERATER. RECHTSANWÄLTE

**Ihr Wirtschaftsprüfer und Steuerberater  
in Gütersloh, Herzebrock-Clarholz,  
Rheda-Wiedenbrück, Hamm und Geseke.**

Telefon: 05242. 93 11 2 - 0  
[kontakt@navigator-gruppe.de](mailto:kontakt@navigator-gruppe.de)  
[www.navigator-gruppe.de](http://www.navigator-gruppe.de)



**WIEDENBRÜCK  
12. Juni 2024**



**AOK-Firmen-LAUF**



[www.firmenlauf-wiedenbrueck.de](http://www.firmenlauf-wiedenbrueck.de)

## AOK-Firmenlauf Wiedenbrück

Mittwoch, 12. Juni 2024

Start/Ziel: Marktplatz Wiedenbrück

Der AOK-Firmenlauf Wiedenbrück geht in diesem Jahr in die 12. Runde!

Ziel des Events ist es, den Laufsport und die Gesundheit zu fördern.

Deshalb freuen wir uns, wenn möglichst viele laufbegeisterte Teams mitmachen, wenn durch die Wiedenbrücker Altstadt, um den Emssee und über den Grüngürtel von Mühlen- und Nordwall gelaufen wird.

Seien Sie dabei – wir freuen uns auf Sie am 12. Juni!

Sportliche Grüße,  
*Robert Becker* und die AOK NordWest



Siegerpokale 2023 für die schnellsten Frauen und Männer.

## 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).

Genauere 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 12. Juni virtuell absolvieren. Ergebnismeldung bis 10. 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](http://www.firmenlauf-wiedenbrueck.de)



## Teilnahmegebühren:

**AOK-Firmenlauf:** 11,00 Euro p. P. bis 15.04.2024 / 14,00 Euro p. P. ab 16.04.2024

**Schüler bis einschl. 17 J.:** 3,00 Euro p. P. bis 15.04.2024 / 4,00 Euro p. P. ab 16.04.2024

## Meldeschluss: 22. Mai 2024

Bis zum 15. April gelten die oben genannten günstigen Frühbuchertarife!

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

## Nachmeldungen

Nachmeldungen sind nur dann möglich, wenn noch Plätze frei sind.

## 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 Zielverpflegung.

## Azubi-Teams gesucht

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



# Bis zu 500 Euro aus Ihrem AOK- Gesundheitsbudget

Bei uns ist mehr für Sie drin. Setzen Sie Ihr **AOK-Gesundheitsbudget** 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.

AOK NordWest  
Die Gesundheitskasse.

AOK- €  
Gesund-  
heitsbudget