



Presse-Mitteilung

# Anmeldestart für den 5. Ludwigshafener Insellauf

**Am 27. August fällt der Startschuss für den 5. Ludwigshafener Insellauf, veranstaltet vom Ludwigshafener Lauf-Club. Anmeldestart ist am Donnerstag, 1. Juli.**

Coronabedingt warten einige Neuerungen auf die Vierer-Teams. Der Ludwigshafener Insellauf ist 2021 ein Team-Run, getreu dem Motto „4 Kilometer. 4 Läufer. 1 Team“. Die vier Läufer starten nicht wie bisher als Staffel, sondern stehen gemeinsam an der Startlinie. Entweder läuft das Quartett die vier Kilometer (zwei Runden à zwei Kilometer) durch den idyllischen Stadtpark auf der Parkinsel dann auch zusammen bis ins Ziel oder jeder läuft sein ganz individuelles Tempo. Die Addition aller vier Zeiten ergibt das Resultat. Alle 20 Sekunden geht ein weiteres Team auf die Strecke. Pro Minute starten somit nur 12 Sportler. Aufgeteilt wird das Läuferfeld zusätzlich nochmals in zwei Blöcke. Der Startschuss für den ersten Block fällt um 17.30 Uhr, der für den zweiten um 18 Uhr. Damit ist gewährleistet, dass coronakonform gelaufen wird und ausreichend Abstand zwischen den Vierer-Teams ist. Da das Hafenfest in diesem Jahr aufgrund der Pandemie erneut abgesagt werden musste, wird das Start-Ziel-Areal in den Norden – auf Höhe des TFC Ludwigshafen – verlegt. „Wir haben ein ausgeklügeltes System entwickelt, um das Risiko für alle, ob Läufer oder Helfer, auf ein Minimum zu reduzieren“, betont Saskia Helfenfinger-Jeck, Ressortleiterin Sport beim Ludwigshafener Lauf-Club. Dank der Unterstützung durch die Sponsoren – allen voran die BKK Pfalz und VSZ Rechtsanwälte Schabbeck und Partner – konnte die Startgebühr moderat gehalten werden. Für 7 Euro pro Läufer bzw. 28 Euro pro Team wartet ein umfangreiches Paket auf die Sportler: Startnummer mit individuellem Transponder für Brutto-/Nettozeit, Insellauf-Magazin, Postversand der Startunterlagen, Urkunde und Ergebnisliste online auf [www.br-timing.de](http://www.br-timing.de), Zielverpflegung, Finishertasche, u.a. mit den berühmten Birkel-Nudeln, Hygienemaßnahmen, und Einsteiger-Trainingsplan auf [www.ludwigshafener-lc.de](http://www.ludwigshafener-lc.de). Nach der Insellauf Springtime-Edition, die im Frühjahr virtuell stattfand und mit rund 350 Teilnehmern sehr gut angenommen wurde, den Big Family Games und dem Spendenlauf im Südweststadion ist der 5. Ludwigshafener Insellauf die mittlerweile vierte Veranstaltung des Ludwigshafener Lauf-Club e.V. in diesem Jahr.

Selbstverständlich wird auch der 5. Ludwigshafener Insellauf an die jeweils geltende Coronaverordnung angepasst.

Informationen und Anmeldung unter [www.ludwigshafener-lc.de](http://www.ludwigshafener-lc.de) oder [www.br-timing.de](http://www.br-timing.de)