

Afklabastern



- Wat`n dat:** Afklabastern ist das plattdeutsche Wort für „**sich müde laufen**“. Und das wollen wir tun!
- Beschreibung:** Das Prinzip ist, eine Strecke von 100 Kilometern in 24 Stunden mit den eigenen Füßen zu überwinden. Es geht nicht darum Erster zu sein, du musst auch keine 100 Kilometer schaffen. Ziel ist es seine eigenen Grenzen kennen zu lernen.
- Die Strecke:** Die Strecke führt von Finkenwerder über Fischbek am Karlstein entlang durch die Harburger Berge. An Buchholz vorbei geht es durch das Seevetal über den Bargkamp zur Elbe, die bei Geesthacht überquert wird. Der Lauf endet dann im Sachsenwald. Nach dem Lauf bringen wir euch dann zu unserem Quartier nach Marschacht an der Elbe, dort könnt ihr dann euren Füßen gute Nacht sagen.
- Termin:** Das 15. Afklabastern findet vom 24. Mai bis 26. Mai 2019 statt.
- Kosten:** **30 Euro**
Sonntag, der 20. Mai ist Anmeldeschluss.
Melde dich schnell an, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist.
- Wofür:** Laufen für einen guten Zweck! Lasse dich von Freunden, Verwandten oder Kollegen sponsern. Überlegt euch gemeinsam einen Betrag, den jeder gelaufene Kilometer von dir deinem Sponsor wert ist. Dieses Jahr wollen wir ein neues Spendenprojekt unterstützen. Hierbei wollen wir natürlich auch auf eure Vorschläge eingehen. Teilt uns diese gerne mit.
- An- und Abreise:** Der Start und das Ziel liegen an verschiedenen Orten. Das solltest du unbedingt bei deiner An- und Abreise bedenken. Einen evtl. Rücktransport zum Start-Ort musst du selber organisieren.
- Vorraussetzung:** Afklabastern kann jeder! Du solltest aber gesund und einigermaßen fit sein. Dir sollte bewusst sein, dass körperliche Schäden nicht auszuschließen sind, für die jeder selbst die Verantwortung trägt. Mitmachen kannst du erst, wenn du 12 Jahre oder älter bist.
- Kontakt:** Alle aktuellen Infos findest du unter **www.afklabastern.de** Hier kannst du dich für den Newsletter eintragen und bekommst dann alles Neue per E-Mail zugeschickt.
- Helfer werden?:** Wandern ist nichts für dich, oder du hast schon einmal mitgemacht und möchtest es nicht noch einmal probieren? Dann melde dich als Helfer bei uns und hilf den Läufern, ihr Ziel zu erreichen. Ein eigenes Auto und ein Führerschein sind eine praktische Voraussetzung, aber keinesfalls Pflicht!

Afklabastern 24. - 26. Mai 2019

- Anmeldung -

VCP – Afklabastern
Benedikt Krüger
Sand 12
21073 Hamburg
Info@afklabastern.de



Meine Anmeldung wird gültig mit Eingang des Teilnehmerbeitrags auf folgendem Konto:

Empfänger: Benedikt Krüger
IBAN: DE60 2406 0300 1203 2700 02
Kreditinstitut: Volksbank Lüneburger Heide eG
Verwendungszweck: **AFK + Vor- und Nachname des Teilnehmers**

Kosten: 30 Euro
Freitag, der 10. Mai ist Anmeldeschluss!

Mir ist bewusst, dass diese Veranstaltung Auswirkungen auf meine Gesundheit haben kann. Der Veranstalter übernimmt für gesundheitliche und sonstige Schäden, die mir während der Veranstaltung entstehen, keine Haftung.

Sofern ich noch nicht volljährig bin, gestatten meine gesetzlichen Vertreter mir die Teilnahme am Afklabastern. Meine Eltern erlauben mir für den Lauf unbeaufsichtigt in kleinen Gruppen unterwegs zu sein.

* Wenn ich eine E-Mail-Adresse angebe, erhalte ich alle weiteren Infos per Mail und werde diese auch so regelmäßig abrufen, dass ich zum Lauf gut informiert bin.

Infos unter: <http://www.afklabastern.de> – Kontakt: info@afklabastern.de

Für das Afklabastern vom 24. bis zum 26.5.2019

melde ich mich verbindlich an: (Bitte deutlich schreiben)

Vor – und Nachname	
Straße und Hausnr.	
PLZ und Ort	
Telefon	
Mobil – Telefon (unter der ich beim Lauf erreichbar bin)	
Tel. einer Person, die im Notfall informiert werden soll (zum Zeitpunkt des Laufes)	
* E-Mail-Adresse	
Geburtsdatum + Alter	
T-Shirt Größe	
Stamm / Bezirk/ Land / Verband (falls vorhanden)	

Veröffentlichung von Fotos:

Nur wenn du zustimmst, können wir Bilder von dir veröffentlichen oder weitergeben. Wir verwenden die Bilder für unsere Öffentlichkeitsarbeit, für unsere Verbandsorgane, unsere Internetseiten und für Berichte über uns in den Medien. Die Wahrung deiner Würde ist dabei für uns selbstverständlich.

Bei Minderjährigen muss auch ein Erziehungsberechtigter der Veröffentlichung von Bildern zu den genannten Zwecken zustimmen.

Mit der Anmeldung stimme ich der Veröffentlichung von Bildern mit mir zu.

Datum,

Ort,

Unterschrift (ggf. + eines Erziehungsberechtigten)