

# RUN & FUN

## Chefs, Kollegen und Azubis sind als Team am Start

Lust auf einen „Betriebsausflug der gesunden Art“? Dann lädt zum dritten bzw. fünften Mal der RUN & FUN Firmenlauf ein. Der Startschuss für den größten Lauf in Krefeld fällt am 5. Juli. Am 14. September ist Mönchengladbach dran.

text Mark Saxer foto RUN & FUN Event GmbH



Ob kostümiert oder ambitioniert, die Freude am Event ist garantiert!“ freut sich die Veranstalterin des Events, Josie Hilgers von der RUN & FUN Event GmbH, die in diesem Jahr mit mehr als 5000 Startern in beiden Städten rechnet. „Die Begeisterung steigt von Jahr zu Jahr“, sagt Josie Hilgers. Die Veranstaltung lockt immer wieder viele neue Firmen an, und die Begeisterung über den Lauf oder Walk über fünf Kilometer durch den Stadtwald und auf der Krefelder Galopprennbahn stecke immer mehr Kollegen, Chefs, Azubis und Freunde an. Kein Wunder: Mit einem eigenen Laufshirt zeigt man Flagge, indem man sein Lauf & Walk Motto incl. Firmenlogo aufs Shirt druckt und so stolz die eigene Firmenphilosophie nebst Logo zur Schau stellt und dabei sogar noch etwas für die Gesundheit und die Team-Motivation unternimmt. Josie Hilgers ist sich sicher: „Der Chef bezahlt mehr als gerne diesen Team-Ausflug, weil nichts nachhaltiger ist als gelebte Emotionen und ein Miteinander, denn das setzt positive Energien im Team frei.“

„Spielregeln“ und Ablauf beim RUN & FUN sind denkbar einfach: Einmal angemeldet, läuft oder wagt jeder Starter eine fünf Kilometer lange Strecke im Team, und danach geht’s ab zur Party, wo dann alle zusammen mit einem kühlen Getränk die Runde erfolgreich ausklingen lassen.

Dazu wird bei RUN & FUN alles bedient, das heißt: Die Zeitmessung ist für jeden Starter vorhanden, ob er läuft oder wagt. Es gibt eine Siegerehrung, bei der nicht nur die schnellsten Chefs und Cheffinnen,

sondern vor allem die kreativsten Outfits und Mottos hervorgehoben werden. „Ob mit dem Bollerwagen voll Bier, ob als Barbie verkleidet oder als Bienchen, hier ist der rheinländischen Frohnatur keine Grenze gesetzt“, sagt Josie Hilgers.

Als Veranstalterin ist es ihr größtes Bestreben, den Bedürfnissen der Kolleginnen und Kollegen gerecht zu werden. Deshalb sind die RUN & FUN-Läufe nicht nur Team-Ausflüge, die zusätzlich viele kostenlose Angebote beinhalten wie Vorträge und Laufkurse, sondern eine Herzensangelegenheit für sie. Aus Erfahrung weiß sie, dass RUN & FUN oftmals mit Maßnahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements bereichert wird und eine Energiequelle für jede Firma ist. Josie Hilgers: „Heutzutage muss man nicht nur gegen Krankenstände ankämpfen, sondern vor allem die Mitarbeiter in ein gutes Umfeld betten. Das ist unser Ansatz, denn was gibt es Schöneres als in einem gesunden Wohlfühl-Klima zu arbeiten, wo ein Team noch ein Team ist.“

Jedes Jahr wird dem FUN-Faktor mehr Aufmerksamkeit geschenkt. Ob Bier auf der Strecke oder Beschallung an allen Fronten – bei jedem RUN & FUN gibt es etwas Neues. So wie 2015 die Riesenleinwand mit Kamerateam und Ü-Wagen im Mönchengladbacher Sparkassenpark, die alle Läufer im Zieleinlauf zeigt und so die Emotionen voll einfängt. Oder wie in Krefeld, wo der Stadtwald beschallt wird, so dass alle Läufer auf der Strecke musikalisch noch mehr Support bekommen.

#### Hilfe für krebskranke Kinder in Krefeld

Für ein Team wird „Run & Fun“ mit Sicherheit eine besondere Sache: Der Förderverein zugunsten krebskranker Kinder Krefeld e.V. tritt mit 30 Aktiven an und freut sich, in diesem Jahr von „Rund & Fun“ unterstützt zu werden. Der Verein bekommt 50 Cent pro Starter. Geld, das er braucht, um an Krebs erkrankte Kinder und deren Familien während und nach der belastenden Diagnose zu unterstützen.

Das jüngste Projekt des Vereins ist die Villa Sonnenschein. Dort soll Eltern die Möglichkeit geboten werden, während der oft langen stationären Behandlung ihrer Kinder sich auch mal aus dem Klinik-Alltag ausklinken zu können. Als „Zuhause auf Zeit“ kann in der Villa bis zu 18 Personen eine Herberge in der Nähe der kleinen Patienten geboten werden. Infos gibt es auf [www.villa-sonnenschein-krefeld.de](http://www.villa-sonnenschein-krefeld.de)



# FAKTEN

5. RUN & FUN  
Mönchengladbacher  
Firmenlauf

14.09.2016  
Sparkassenpark  
Mönchengladbach

5 km mit U Turn  
[www.run-fun-mg.de](http://www.run-fun-mg.de)

3. RUN & FUN  
Krefelder Firmenlauf

05.07.2016  
Galopprennbahn Krefeld

5 km Rundkurs  
[www.run-fun-kr.de](http://www.run-fun-kr.de)

Informationen über die Läufe erhalten Sie bei der RUN & FUN Event GmbH Josie Hilgers: 02161 56 39 20

#### Zur Anmeldung



MG



KR

Politische  
Entscheidungen ohne  
wirtschaftlichen  
Sachverstand  
bereiten Ihnen



# SORGEN?

Dann nutzen Sie Ihr Stimmrecht und wählen Sie Ihre IHK-Vollversammlung. Für eine starke Interessenvertretung.



IHK

Industrie- und Handelskammer  
Mittlerer Niederrhein

Mehr Informationen unter: [www.2016-ihk-wahl.de](http://www.2016-ihk-wahl.de)