



15. SEPTEMBER 2025

Das Team gewinnt!

Der Firmenlauf mit Herz.



RUN&FUN
Mönchengladbacher Firmenlauf

LEITSPUR FÜR LÄUFER:INNEN DES SANTANDER RUN & FUN
MÖNCHENGLADBACHER FIRMIENLAUFS

www.santander-run-fun-mg.de

HERZLICH WILLKOMMEN ZUM STARTSCHUSS DES SANTANDER RUN & FUN MÖNCHENGLADBACHER FIRMENLAUFS 2025!

Liebe Teamcaptains,

dank Eurer Hilfe konnten wir im Laufe der Jahre die Vision eines Firmenlaufs in der eigenen Stadt mit viel Herzblut und persönlichem Engagement erfolgreich planen und organisieren. „Der Firmenlauf mit Herz“, für Mönchengladbacher von Mönchengladbacher:innen.

Gemeinschaftsgefühl im Team und Identifikation mit dem eigenen Betrieb sind wichtige Erfolgsfaktoren für ein Unternehmen. Gemeinsam mit den Kolleg:innen für die Firma bei einem Lauf anzutreten – das schafft ein starkes WIR-Gefühl. Es verbindet und setzt Kräfte frei, die über das Event hinaus noch nachwirken.

Dabei geht es weniger um das individuelle Laufergebnis, sondern um den Teamgeist, ganz nach unserem Motto

„Das Team gewinnt!“



Damit für Euch nicht nur die Teilnahme, sondern auch die Vorbereitung optimal läuft, möchten wir Euch mit dieser Leitspur für Teamcaptains eine Hilfestellung für Eure Aufgaben mitgeben.

Hier findet Ihr alle relevanten Informationen für die Anmeldung, die Teamverwaltung und eine Übersicht zu wichtigen Abläufen und Terminen während der Vorbereitung für den **SANTANDER RUN & FUN** Mönchengladbacher Firmenlauf.

Den gesunden Betriebsausflug für über 5.000 Läufer:innen zu planen, ist unser Job und wir lieben ihn! Es freut uns, wenn Ihr auf unsere Angebote zur Motivation Eures Teams zurückkommt und wir Euch mit Material und persönlichem Einsatz zur Seite stehen dürfen.

Gemeinsam bringen wir Euer Unternehmen ans Laufen und sorgen für ein unvergessliches Team Event. Der **SANTANDER RUN & FUN** ist mehr als nur ein Lauf!

Euer **RUN & FUN EVENT GmbH-Team**



INHALTLICHE THEMEN DER LEITSPUR

S. 2	EINFÜHRUNG	S. 14	TEILNAHMEVERWALTUNG
S. 4	PHILOSOPHIE	S. 16	IMPRESSIONEN
S. 5	UNSER MASKOTTCHEN	S. 18	MOTIVATION/ LAUFVORBEREITUNG
S. 6	ALLGEMEINE INFORMATIONEN	S. 37	DER VERANSTALTUNGSTAG
S. 8	REGISTRIERUNG/ANMELDUNG	S. 42	CHECKLISTE
S. 12	SANTANDER RUN & FUN: MEHR ALS NUR EIN LAUF!	S. 43	PARTNER 2025



RUN&FUN
Mönchengladbacher Firmenlauf

DIE FIRMENLÄUFE DER RUN & FUN EVENT GMBH SIND MEHR ALS NUR EIN LAUF!

Gesunde und motivierte Mitarbeiter:innen führen in der heutigen Arbeitswelt zu einem entscheidenden Wettbewerbsvorteil. Denn eine gesundheitsorientierte Unternehmenskultur stärkt die persönliche Leistungsfähigkeit der Beschäftigten und fördert somit die Konkurrenzfähigkeit und den wirtschaftlichen Erfolg.

Mithilfe unserer langjährigen Partnerschaften aus dem Gesundheitsbereich versuchen wir, die Krankenstände nachhaltig zu senken und die Freude der Kolleginnen und Kollegen im Betrieb auch für gemeinsam erlebte Momente zu steigern, um so das Wohlfühlklima innerbetrieblich zu verbessern.

Der „gesunde Betriebsausflug“ ist für viele Menschen in Eurer Firma das Ziel, einer über Wochen schon angestregten Vorbereitungsphase, in der nicht nur die Gesundheit, sondern vor allem die Teambuilding-Maßnahmen greifen.

Unsere GESUND & OFFICE Partner BARMER, medicoreha, Renovatio, Sportpark Mönchengladbach, the virtual FINISHER, Viehausen & Gartz und Jwied bilden dabei die Säulen. Unsere Partner begleiten uns schon lange Zeit und stehen für unser Ziel, Euch nicht nur TOP Qualität rund um Euren Arbeitsplatz zu sichern, sondern sich auch um Eure Gesundheit zu kümmern.

Um Maßnahmen im Betrieb zur Förderung der Gesundheit oder mentalen Verbesserung bzw. körperlichen Fitness zu erzielen, ist hier geballte Kompetenz mit wichtigen Informationen rund um das betriebliche Gesundheitsmanagement in Eurer Firma unterwegs.

Wir möchten Eure Kolleg:innen und Mitarbeiter:innen einbinden in ein Wohlfühlklima rund um den **SANTANDER RUN & FUN!** Mehr dazu auf den Seiten 20 bis 26.



Ich begleite den **SANTANDER RUN & FUN Mönchengladbacher Firmenlauf** schon seit dem ersten Lauf 2012.

Warum eine Schnecke?

Nun, das erklärt sich aus meiner Vielseitigkeit, denn ich stehe ja auch als Kolleg:in hier! Mal eine schüchterne, mal ein angeberische, mal eine lahme und mal eine flotte Schnecke, ganz so wie Ihr ;-)

Ich möchte Dich und Deine Kolleg:innen dazu motivieren, an unserem Teamevent teilzunehmen. Ich möchte nicht nur die aktiven Sportler:innen für diesen gesunden Betriebsausflug motivieren, sondern auch allen anderen zeigen, dass man Spaß und Bewegung miteinander verbinden kann. Ich hoffe, ich kann Dich auf den nächsten Seiten überzeugen.

Ich freue mich schon darauf, Dich im September im Hockeypark in Mönchengladbach begrüßen zu dürfen und wenn Dein Team Lust hat, machen wir gerne ein Foto zusammen.

Falls Du weitere Fragen hast, kannst Du mich auch gerne anschreiben. Meine Kolleg:innen oder ich werden Dir gerne alle Fragen beantworten.

WER KANN BEIM SANTANDER RUN & FUN MÖNCHENGLADBACHER FIRMLAUF MITMACHEN?

Mitlaufen oder Mitwalken, wir begrüßen alle interessierten Mitarbeiter:innen oder Freund:innen einer Firma, einer Behörde, einem eingetragenen Verein oder Verband usw., die mindestens 16 Jahre alt sind (bei 16 – 18-Jährigen brauchen wir die Einverständniserklärung der Eltern). Im Vordergrund steht der Gemeinschaftsgedanke und das Motto „Das Team gewinnt!“



WIE FUNKTIONIERT DIE ANMELDUNG ZUM SANTANDER RUN & FUN?

Die Anmeldung erfolgt ausschließlich online und ist über die **Santander RUN & FUN** Homepage bequem möglich. Sie wird durch den selbst ernannten Teamcaptain vorgenommen, diese Person meldet das gesamte Team an.

WAS IST EIN TEAMCAPTAIN?

Der Teamcaptain ist für die Anmeldung aller Teilnehmer:innen verantwortlich. Diese Person wird von Euch befugt, die Daten aller Teammitglieder einzugeben und das Team anzumelden. Alles bequem online.

Solltet Ihr mehrere Starter:innen haben, könnt Ihr die Startplätze einbuchen und Euer Kontingent an Teams selbst online verwalten.



WER IST EIN TEAM?

Ein Team besteht aus Kolleg:innen oder Freund:innen, zum Beispiel aus einer Firma, einer Behörde, einem eingetragenen Verein oder Verband usw.

DIE STRECKENFÜHRUNG

Die Strecke wird für den Lauf abgesperrt und ist ca. 5,2 km lang. Die Strecke besteht zu 95 % aus Asphalt. Es gibt 3 Verpflegungsstände mit Getränken – auf der Strecke bei km 3, eine Oettinger-Station am Parkplatz P4 und im Stadion nach dem Zieleinlauf.

Die Registrierung als Teamcaptain und die Anmeldung Eurer Kolleg:innen erfolgt über die **Santander RUN & FUN-Homepage**.

Bitte klickt hierfür auf unserer Startseite auf diesen Button



JETZT ANMELDEN

Mach mit in 2025!

In nur 7 Schritten zur erfolgreichen Anmeldung Eures Teams:

1. Auf den Button „Jetzt anmelden“ klicken
2. Registrierung durchführen
3. Registrierungsmail bestätigen
4. Login in unserem User-Bereich
5. Starter:innen anmelden
6. Eure Daten sind in Eurem User-Bereich jetzt sichtbar.
Weitere Starter:innen können angemeldet werden.
7. Die Rechnung und ein Informationsschreiben werden Euch per Mail zugestellt.

Eine detaillierte Erklärung findet Ihr unter:

www.santander-run-fun-mg.de

Damit sich nach dem Lauf jede:r Eurer Kolleg:innen auch namentlich in der Ergebnisliste wiederfindet und eine persönliche Urkunde erhält, müsst Ihr in Eurem Online-Account auf der **Santander RUN & FUN-Homepage** Eure Teilnehmer:innen benennen.

Hierfür braucht Ihr folgende Daten:

Vorname, Nachname, Geschlecht, Laufen oder Walken, Führungskraft und Jahrgang.

FRÜHES ANMELDEN LOHNT SICH!

Startgebühr netto zzgl. MwSt.

Anmeldebeginn: 01. Dezember 2024

Frühbucher : bis 31.03.2025 für 28 € je Teilnehmer:in

Normalpreis: ab 01.04.2025 für 34 € je Teilnehmer:in

Folgende Leistungen sind in der Startgebühr enthalten

- individuelle Zeitmessung
- Startnummer und Sicherheitsnadeln
- Preise bei den Ehrungen auf der großen Siegerbühne
- Moderation im Start- und Zielbereich
- Party auf dem Gelände - Nach dem RUN kommt der FUN
- medizinische Versorgung
- Verpflegung auf der Strecke und im Zielbereich (Getränke)
- Online-Ergebnisdienst unmittelbar nach dem Lauf
- personalisierte Urkunde online ausdrückbar
- professionelle Fotos und Teamfotos auf Wunsch (für private Nutzung kostenfrei)
- freies Parken auf den Parkplätzen P4 und P5
- Umkleiden und Gepäckaufbewahrung kostenlos (ohne Haftung)
- vorbereitender Laufkurs mit dem Sportpark Mönchengladbach

DIE TEAMPRÄSENTATION

Nach Eingang der Anmeldung wird Euer Team mit Firmenlogo und Namen auf unserer Homepage unter der Rubrik „Gemeldete Firmen“ abgebildet. Weitere Daten sind nur mit Eurem Login-Passwort zu sehen. So könnt Ihr mit Euren Kolleg:innen bereits vor dem Firmenlauf Flagge zeigen!



ÄNDERUNGEN

Ein Austausch der Teilnehmer:innen ist online bis zum 12.09.2025 um 15:00 Uhr möglich. Änderungen, die danach erfolgen, müssen am Veranstaltungstag zwischen 16:00 und 18:00 Uhr im Info-Büro benannt werden.

DIE RECHNUNGSERSTELLUNG

Am Tag nach der Anmeldung erhaltet Ihr eine Rechnung mit allen am Vortag angemeldeten Teilnehmer:innen. Diese Rechnung ist für den Erhalt der Startnummern zu begleichen und die Rechnung sollten die Teamcaptains bei der Abholung als Firmenachweis dabei haben.

WERDE PARTNER UND BUCHE EIN PREMIUM PAKET - FLAGGE ZEIGEN NACH INNEN UND AUSSEN

Neben den Startplätzen bieten wir Eurer Firma die Möglichkeit, sich als Partner der **RUN & FUN Event GmbH** zu engagieren. Zeigt Flagge im Unternehmen und in der Außendarstellung. Nutzt Vorteile, um ein positives Betriebsklima zu schaffen. Mit dem Premium Paket profitiert Ihr nicht nur von vergünstigten Konditionen, sondern erhaltet zudem attraktive Zusatzleistungen. Aufgrund der begrenzten Verfügbarkeit und individuellen Komponenten kann das Premium Paket gerne auf Anfrage bei Eurem **RUN & FUN Event GmbH-Team** gebucht werden.

Anfragen: info@santander-run-fun-mg.de



DAS PREMIUM PAKET

Das Paket beinhaltet ein Kontingent an freien Startplätzen, einen firmeneigenen „Meeting Point“ inklusive Firmenschild und Biertischgarnitur, Firmenlogo auf Flyer, Plakaten, Urkunden und Homepage, Banner im Start- und Zielbereich, ein individuell gestaltetes Motivationsplakat, Tarifkonstanz mit vergünstigten Konditionen möglicher Nachbuchungen von Startplätzen, ein exklusives gastronomisches Angebot sowie ein Teamfoto in Leinwand-Format.

TEAMZELT

Ein Teamzelt bzw. ein Meeting-Point mit eigenem Branding bietet die ideale Anlaufstelle für Euer Team vor und nach dem Lauf. Wir stellen Euch ein Zelt mit Steh- und Sitzmöglichkeiten zur Verfügung. Mit einem Teamzelt habt Ihr auch die Möglichkeit, Eurer Firma eine Anlaufstelle zu bieten und Präsenz zu zeigen. Hierfür habt Ihr die Möglichkeit, Beachflags oder Bandenwerbung aufzustellen.



WERBEMITTEL

Euch fehlen noch Beachflags oder Banner für die Unternehmensdarstellung?

Gerne könnt Ihr Werbemittel zu einem guten Preis-/Leistungsverhältnis über unsere Partner beziehen – spricht uns gerne für ein individuelles Angebot an. Wir unterstützen Euch bei allen Anliegen.

UNTERNEHMENSFILM - EMPLOYER BRANDING

Ihr sucht dringend Fachpersonal, wollt auffallen und zeigen, was Euer Unternehmen an Softskills bietet außer den üblichen Leistungen? Ihr möchtet zeigen, wie gut Euer Unternehmen aufgestellt ist und die Teamfähigkeit für Eure Social Media-Kanäle als Film für User:innen nutzen?

Ihr hättet gerne einen eigenen Unternehmensfilm, der die Teilnahme am **SANTANDER RUN & FUN** dokumentiert? Über unseren Partner könnt Ihr ein individuelles und professionelles Video produzieren lassen. Von der Begleitung Eures Teams in der Firma über kurze Interviews bis zu den emotionalen Bildern am Abend des Laufs. Eine perfekte Erinnerung für Eure Kolleg:innen und eine gute Außendarstellung für Euer Unternehmen. Gerne helfen wir Euch bei der Realisierung eines Imagefilms.

WICHTIGE INFORMATIONEN ZUR UMMELDUNG UND STARTNUMMERAUSGABE

- Die Startnummernausgabe findet am 11.09.2025 von 10:00 - 18:00 Uhr im Hockeypark Mönchnegladbach statt.
- Den Startunterlagen liegt eine Teilnehmerliste Eurer Firma bei, die allen Teilnehmer:innen eine Startnummer zuordnet. Diese Liste ist verbindlich.
- Solltet Ihr nach Erhalt der Startnummern Teilnehmer:innen austauschen, müsst Ihr die Startnummern zwingend an die Ersatzstarter:innen weitergeben, da sonst keine Zuordnung gewährleistet werden kann.
- Darüber hinaus müsst Ihr die Ummeldung in Eurem persönlichen Login-Bereich vornehmen.
- Ummeldungen müssen bis zum 12.09.2025 um 15:00 Uhr online in Eurem persönlichen Login-Bereich eingetragen werden (Ummeldungen per Mail können aus organisationstechnischen Gründen nicht entgegengenommen werden).

FRISTEN

01.09.2025, 23:59 Uhr:	Anmeldeschluss personalisierte Startnummer (Firmenname auf der Startnummer)
02.09.2025, 23:59 Uhr:	Die Vorbestellungsfrist der Wertmarken endet
12.09.2025, 15:00 Uhr:	Online-Anmelde- und Ummeldeschluss
15.09.2025, 16:00 – 18:00 Uhr:	Nach- und Ummeldungen auf der Veranstaltungsfläche (nur für bereits vorab angemeldete Firmen möglich)

STARTNUMMERAUSGABE

Die Startnummernausgabe erfolgt eine Woche vor dem Firmenlauf am 11.09.2025 zwischen 10:00 -18:00 Uhr. Weitere Informationen finden Eure Teamcaptains rechtzeitig vor der Startnummernausgabe auf unserer Homepage sowie über die Schneckenpost und im Newsletter.

Eure Startnummer wird mit Eurem Firmennamen bedruckt, wenn die Anmeldung und der gewünschte Name bis einschließlich dem 01.09.2025 online bei den Profildaten der Firma eingegangen sind. Danach bestellte Startnummern erhalten ein neutrales Layout. Es empfiehlt sich, die Startunterlagen am Tag der Startnummernausgabe (11.09.2025) abzuholen, um optimal auf den Veranstaltungstag vorbereitet zu sein.

VERPFLEGUNG + WERTMARKEN

Für die Versorgung Eures Teams mit Speisen und Getränken könnt Ihr im Vorfeld Wertmarken bis zum 02.09.2025 (23:59 Uhr) bestellen.

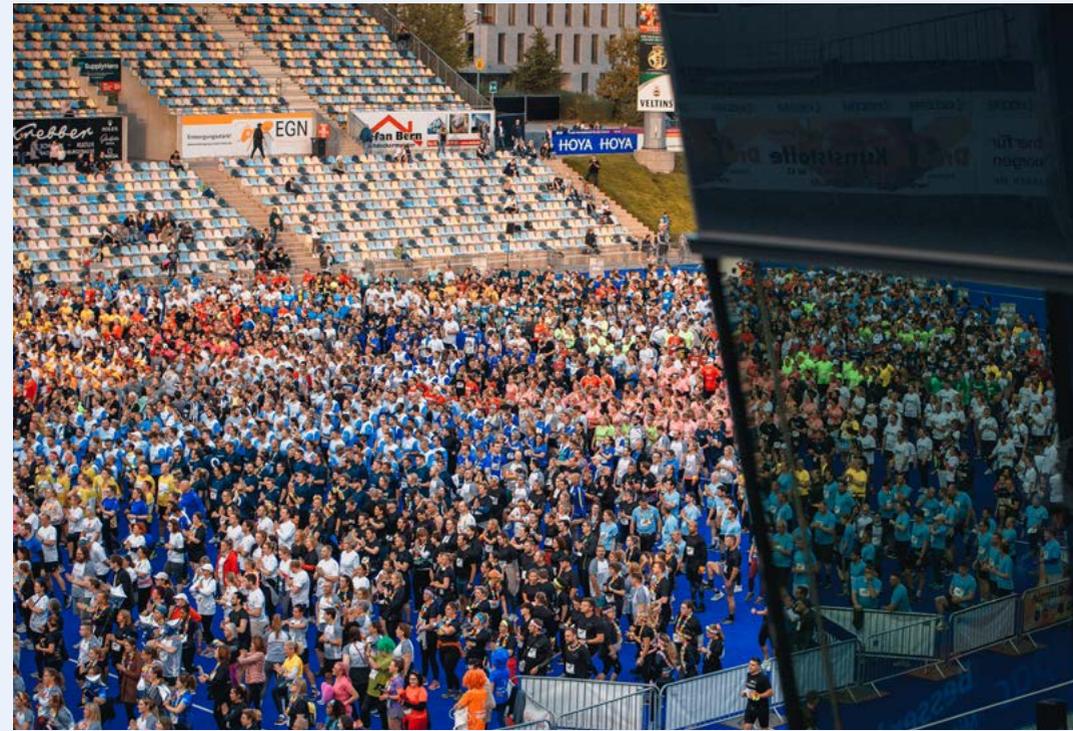
Diese werden Euch dann zusammen mit der Startnummernausgabe ausgehändigt. Die Wertmarken ermöglichen Euren Teilnehmer:innen eine bargeldlose Bezahlung an allen Verkaufsständen unseres Caterers auf dem Veranstaltungsgelände. Es besteht zudem die Möglichkeit, Wertmarken am Veranstaltungstag vor Ort zu erwerben. Übrig gebliebene Wertmarken (nur bei Vorbestellung im Anmeldeportal über 100 € per Rechnung) können am Folgetag von 9:00 bis 12:00 Uhr bei der RUN & FUN Event GmbH im Hockeypark zurückgegeben werden. Für die Wertmarkenbestellung erfolgt eine separate Rechnungsstellung per E-Mail.

DAS MITBRINGEN VON SPEISEN UND GETRÄNKEN IST LEIDER NICHT GESTATTET.

NEWSLETTER - INFOS FÜR ALLE LÄUFER:INNEN

Durch unseren **Santander RUN & FUN-E-Mail-Newsletter** bleibt Ihr immer auf dem Laufenden und erhaltet alle wichtigen Informationen. Für einen reibungslosen Ablauf raten wir Euch dringend Euer Postfach regelmäßig zu kontrollieren und die Schneckenpost (wichtiges Informationsheft) aufmerksam durchzulesen.

Ein paar Tage vor der Veranstaltung erhaltet Ihr von uns eine E-Mail mit allen Informationen zu wichtigen Big Points wie Parken, Meeting Point, Info Point, Startunterlagen, Wertmarkenausgabe, etc.



MOTIVATION

Wir unterstützen Euch gerne dabei, Eure Kolleg:innen im Unternehmen zur Teilnahme am **Santander RUN & FUN** zu bewegen. Ihr könnt Eure Kolleg:innen auf verschiedenste Weise für den Firmenlauf motivieren. Auf Anfrage senden wir Euch gerne ein kostenloses Infopaket mit Plakaten, Flyern und Broschüren zu. Diese könnt Ihr dann gerne in der Firma auslegen, Euren Kolleg:innen per E-Mail senden oder übers Intranet direkt ansprechen und zur Teilnahme am Santander RUN & FUN aufrufen. Anbei seht Ihr den Flyer, den wir Euch gerne per Post zukommen lassen.



INDIVIDUELLES MOTIVATIONSPLAKAT – KOSTENLOS VON UNS FÜR EUCH!

Auf Wunsch erstellen wir Euch gerne kostenfrei ein individuelles Motivationsplakat für Eure Mitarbeiter:innen mit Logo, Ansprechpartner:innen, Firmenphilosophie und Fotos. Zur Erstellung nehmt mit uns Kontakt per Mail auf: mp@run-fun-mg.de

TEAMFOTO

Am Veranstaltungstag erstellen wir gerne ein Teamfoto Eurer Firma. Das Foto wird in den Folgetagen für Euch auf unserer Homepage unter „Alle Bilder vom Lauf“ kostenlos für die private Nutzung zur Verfügung stehen.

LÄUFT BEI DIR?



BIST DU BEIM SANTANDER RUN & FUN AM 15.09.2025 AM START?



LASS UNS GEMEINSAM DIE STRECKE VON 5 KM MEISTERN!



TREFFPUNKT: SPORTPARK M'GLADBACH AN DEN HOLTER SPORTSTÄTTEN 1 41069 M'GLADBACH (PARKMÖGLICHKEITEN VORHANDEN)



GEMEINSAM MIT DEINEM **SPORTPARK MÖNCHENGLADBACH** ZU DEINEM LAUF-ZIEL.

LAUFTREFF | 14.07. - 18.08.25 | MONTAGS 18:00 - 19:30 UHR

Richtig laufen in Theorie und Praxis. Die perfekte Vorbereitung für Anfänger:innen und Fortgeschrittene mit jeder Menge Spass und kompetenter Anleitung im Sportpark Mönchengladbach.

WEITERE HIGHLIGHTS (kostenfreie Terminabsprache vor Ort)

Laufanalyse – Optimierungspotential entdecken, den richtigen Schuh finden, Schmerzen vermeiden.

Mobility Training – Besser Laufen und Performance steigern durch optimierte Beweglichkeit.

Ernährungsberatung – Richtig Essen und Trinken. In der Vorbereitung und im Wettkampf.

Kleine Challenges, ein Laufstammtisch zum lockeren Austausch und eine Kinderbetreuung während des Lauftreffs runden das Programm ab.

ANMELDUNG UND WEITERE INFOS:

www.santander-run-fun-mg.de/informationen/laufkursanmeldung





Mit großem Stolz präsentiert die RUN & FUN Event GmbH die Kooperation mit Santander.

Seit 2020 ist Santander Namenspartner des Santander RUN & FUN Mönchengladbacher Firmenlaufes. Die Unterstützung des Laufsports in Mönchengladbach liegt Santander schon lange am Herzen.

Nachdem die Bank über viele Jahre den Santander Spendenlauf und den Santander Marathon als Sponsor begleitet hat, wird das sportliche Engagement im Zuge des Santander RUN & FUN Mönchengladbacher Firmenlaufes weitergeführt – ein Bekenntnis zum Standort der Unternehmenszentrale der Bank.

„Passend zur Partnerschaft führt die 5,2-Kilometer-Strecke des RUN & FUN-Laufes bereits traditionell rund um das Santander-Gebäude am Nordpark“, erklärt Josie Hilgers, Geschäftsführerin der RUN & FUN Event GmbH, dem Kooperationspartner von Santander. „Wir freuen uns über die langjährige Zusammenarbeit und viele Starter:innen aus den Reihen der Santander Mitarbeiter:innen.“

Es geht beim Santander RUN & FUN Mönchengladbacher Firmenlauf um mehr als nur das reine Sporterlebnis. Die Teilnehmer:innen bilden ein Team, haben vor, während und nach dem Lauf gemeinsam Spaß und gehen auch noch für den guten Zweck an den Start. Santander spendet pro Jahr 25.000 Euro. Die Summe wird an Sportvereine und andere gemeinnützige Vereine aus der Region verteilt.

Wir freuen uns über diese großartige Partnerschaft!



RUN & FUN Event GmbH engagiert sich für den Klimaschutz

UNSERE LÄUFE SIND 100 % KLIMANEUTRAL

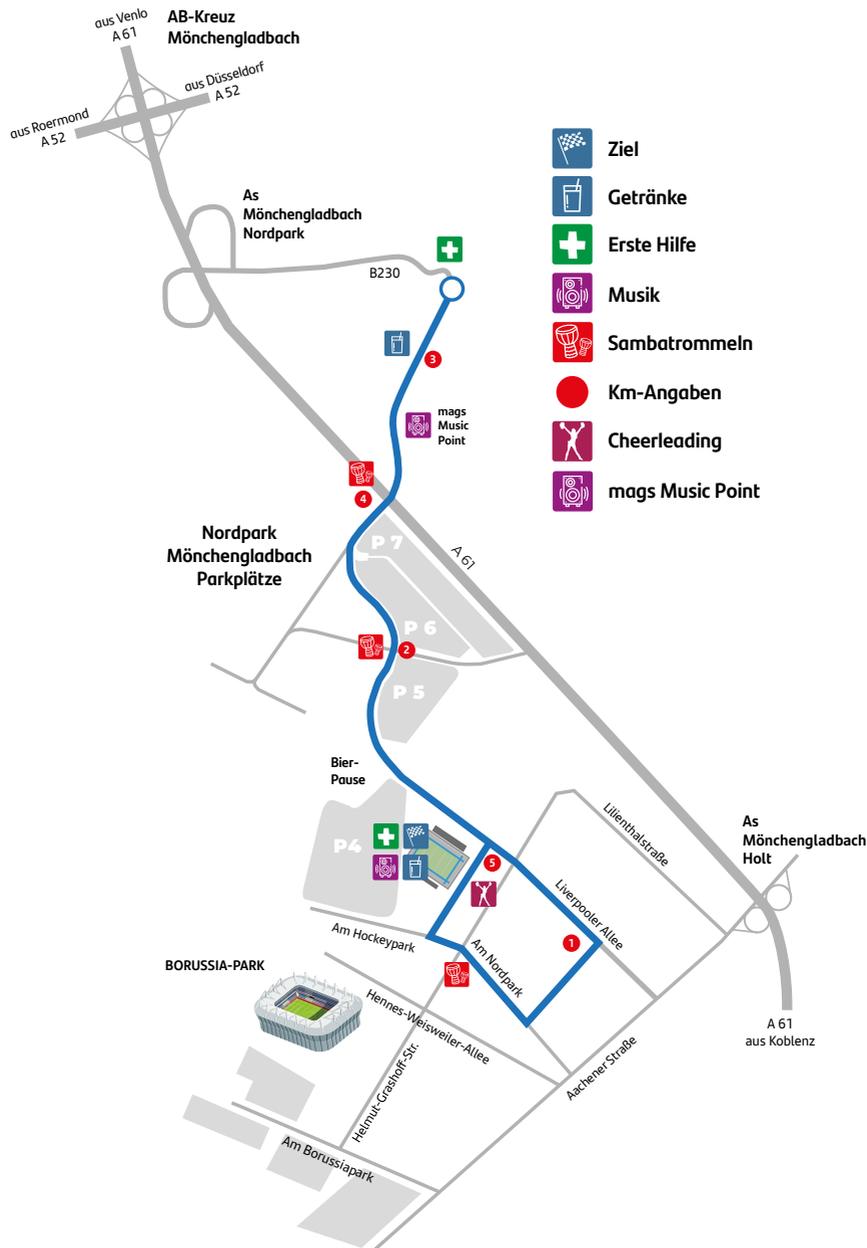
Laufen ist an sich ein umweltfreundlicher Sport. Zählt man aber den Kraftstoff-, Strom- und Wärmeverbrauch bei der Organisation und der Anreise der Läufer:innen sowie den Materialverbrauch bei einem großen Laufevent zusammen, entsteht schnell ein hoher CO₂-Ausstoß. Deshalb übernimmt die RUN & FUN Event GmbH hier Verantwortung und versucht, die entstehende Umweltbelastung von Anfang an so niedrig wie möglich zu halten und den unvermeidlichen CO₂-Ausstoß zu kompensieren.

So erreichen wir eine ausgeglichene Ökobilanz für die beiden Läufe. Diese erzielen wir durch zwei Säulen: Verringerung des CO₂-Ausstoßes und Kompensation des nicht zu verhindernden CO₂-Ausstoßes. Und das können wir beweisen! Denn die Bewertung und Analyse des CO₂-Ausstoßes der beiden Läufe wurde durch das unabhängige Klimaschutzunternehmen ARKTIK überprüft.

Alle Projekte, die wir im Sinne der Kompensation unterstützen, sind mit dem Goldstandard zertifiziert. Diese Kategorie wird an Projekte vergeben, die nachweislich zur Reduktion von Treibhausgasen führen und gleichzeitig gut für die lokale Umwelt und soziale Belange der Bevölkerung sind. Darüber hinaus animieren wir unsere Teilnehmer:innen und Partner, sich für den Klimaschutz einzusetzen. In der RUN & FUN Event GmbH Saison 2025 können wir so 150 Tonnen CO₂ kompensieren.

Die ausgewählten Klimaschutzprojekte verfügen allesamt über den vom WWF mitentwickelten Gold Standard, der den größtmöglichen Beitrag zum Umwelt- und Klimaschutz garantiert. Dieser Standard stellt zudem sicher, dass die Maßnahmen nicht nur einen wichtigen Beitrag zum Klimaschutz leisten, sondern auch die soziale Situation der Bevölkerung vor Ort fördern.

STRECKENPLAN SANTANDER RUN & FUN MÖNCHENGLADBACHER FIRMLAUF



STRECKENINFO

Start ist um 19:00 Uhr der Hockeypark in Mönchengladbach. Von dort führt die ca. 5,2 km lange Laufstrecke rund um den Nordpark und zurück ins Stadion. Umjubelt von Kolleg:innen, Freund:innen, Fans und begleitet vom Lob der Moderatoren laufen die Starter:innen im Ziel über die Matten der Zeitmessung.

Danach werden die Gewinner:innen in den Siegerkategorien geehrt und es wird gefeiert.

NEU DABEI: MAGS MUSIC POINT

Kurz vor km 3 erwartet die Teilnehmenden ein neuer Streckenpunkt, der mags Music Point. Das neue musikalische Highlight auf der ca. 5,2 km langen Laufstrecke sollte die Motivation auf halber Distanz bei allen Läufer:innen bis zum Zieleinlauf halten.





Die vier Säulen der **RUN & FUN Event GmbH** stehen für ein Feel Good Management in Eurem Betrieb aus fachlich kompetenter Hand.

SANTANDER RUN & FUN

Gemeinschaftsgefühl unter Kolleg:innen und Identifikation mit dem eigenen Betrieb sind wichtige Erfolgsfaktoren für ein Unternehmen. Gemeinsam mit den Kolleg:innen für die Firma anzutreten, das schafft nicht nur ein starkes Wir-Gefühl. Das verbindet und setzt Kräfte frei, die selbst dann noch wirken, wenn das Event schon vorbei ist. Beim **Santander RUN & FUN** geht es also weniger um die individuelle Schnelligkeit, sondern um den Teamgeist getreu unserem Motto „**Das Team gewinnt!**“.

Der **Santander RUN & FUN Mönchengladbacher Firmenlauf** findet einmal jährlich statt und ist ein Laufwettbewerb, bei dem Mitarbeiter:innen eines Unternehmens ein Team bilden und für Ihre Firma an den Start gehen.

Jedes Unternehmen kann beliebig viele Starter:innen anmelden. Die zu bewältigende Laufstrecke ist mit ca. 5,2 km eine Strecke, die jeder entweder laufend oder gehend leicht bewältigen kann.

Die Laufzeiten der jeweils drei schnellsten Teammitglieder:innen werden zu einem Gesamtergebnis aufsummiert, welches letztendlich für die Platzierung der Teams in den drei Wertungskategorien Damen, Herren und Mixed ausschlaggebend ist.

Darüber hinaus werden auch Einzelwertungen und Sonderwertungen wie „schnellste: Chef:in“ und „das originellste Outfit“ ausgelobt.

Bei dem **Santander RUN & FUN Mönchengladbacher Firmenlauf** stehen das Gemeinschaftserlebnis als Team oder Unternehmen sowie die Förderung der Fitness im Vordergrund. Wichtig ist uns, dass die Teilnehmer:innen sich richtig und auf eine gesunde Art und Weise auf dieses Event vorbereiten. Damit alle die Lauf- und Walking Strecke mit einem Lächeln absolvieren können, unterstützen wir Euch gerne bei einem gezielten Gesundheitsaufbau.

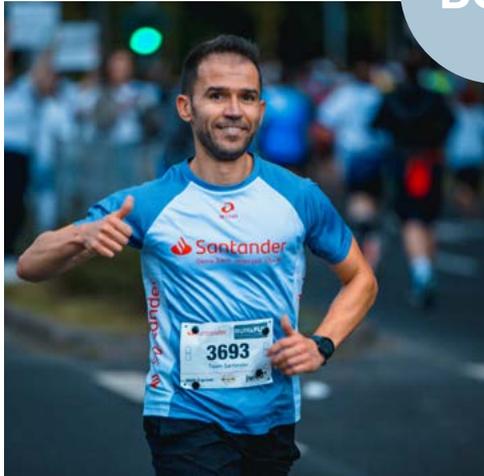
Mit den Angeboten unserer GESUND & OFFICE Partner BARMER, medicoreha, Renovatio, Sportpark Mönchengladbach, the virtual FINISHER, Viehausen & Gartz und Jwied bieten wir allen **Santander RUN & FUN-Teilnehmer:innen** die Möglichkeit, sich durch einen Laufkurs, eine Beratung und rabattierte Gesundheitschecks im Vorfeld perfekt vorzubereiten.

Es zählt der olympische Gedanke „Dabei sein ist alles“ und auch 2025 gibt der **Santander RUN & FUN Mönchengladbacher Firmenlauf** den Startschuss für ein schönes Gemeinschaftserlebnis. Vor, während und nach dem Lauf ist das Wichtigste, dass alle Teilnehmer:innen gemeinsam Spaß haben. Deswegen kommt neben dem RUN auch der FUN nicht zu kurz und die Veranstaltung endet mit einem schönen Partyabend auf der Eventfläche.

Freunde, Kolleg:innen, Bekannte und Familie können von der Haupttribüne des Stadions aus ihre Lieben anfeuern und sind herzlich dazu eingeladen, mit Euch zu feiern. Macht mit: „**Das Team gewinnt!**“.



BGM



GESUND & OFFICE PARTNER SANTANDER RUN & FUN

BARMER

SPORTPARK
ALLES WAS DICH BEWEGT. SEIT 1977

HI-FLY

the FINISHER
VIRTUAL CHALLENGES

RENOVATIO
WIRTSCHAFTS- & SPORTMEDIK

medicoreha
ANALYSE FACHKRÄFTE FÜR REHABILITATION

jwied*
STARK DIGITAL

Viehausen & Gartz
Ärztlich eingerichtet

DAS TEAM GEWINNT! AUCH DIGITAL.

jwied*
STARK DIGITAL



Die digitale Leitspur.

Wir sind stolzer Digital- & Premium-Partner der Run & Fun Event GmbH seit insgesamt 10 Jahren. Das ist eine lange Zeit, in der sich für uns als auch für Sie viel geändert hat. Der Erstkontakt mit Ihrem Unternehmen oder Ihrer Marke findet heute vorwiegend online statt, der erste Eindruck ist ausschlaggebend für Ihren weiteren Erfolg. Wir begleiten Sie, entlang der gesamten digitalen Wertschöpfungskette, auf dem Weg zur optimalen Internetpräsenz.

Fit & einzigartig im Netz.

Die Entwicklung einer Website, die Ihre Kompetenzen herausstellt und Sie gegenüber Ihren Mitbewerbern differenziert, benötigt Kreativität, Know-How und Erfahrung. Neben Entwicklung oder Optimierung von Websites oder Onlineshops sind auch immer ergänzende Marketing-Maßnahmen erforderlich um der digitalen Präsenz die notwendige Sichtbarkeit zu geben. Wir unterstützen, sowohl strategisch als auch operativ, bei den wichtigsten Maßnahmen: SEO, SEA, Content-Experience, Content-Creation, UX-Design oder Markenbildung.“ Ohne Baukasten-System und immer individuell.

Mit uns führen Sie das Feld an.

Neben der eigenen Website sind weitere Maßnahmen erforderlich, um Ihrer digitalen Präsenz Sichtbarkeit zu geben. Wir beraten Sie gerne bezüglich verschiedener Marketingaktivitäten wie Suchmaschinenoptimierung, Programmatic Advertising, Social-Media oder einfacher Bannerwerbung.



Ihr Ansprechpartner:

Daniel Waschlewski

Tel.: (0 21 61) 90 230 - 40

E-Mail: daniel.waschlewski@jwied.de

jwied.de



UNSERE MISSION: BEWEGUNG FÜR DICH UND DEIN UNTERNEHMEN

UNSERE VISION IST KLAR: WIR BRINGEN DICH UND DEIN TEAM IN BEWEGUNG – UND STÄRKEN SO NICHT NUR DIE GESUNDHEIT UND LEISTUNGSFÄHIGKEIT, SONDERN AUCH DEN ERFOLG DEINES UNTERNEHMENS. MIT KREATIVEN LÖSUNGEN, PERSÖNLICHEM ENGAGEMENT UND EINER GROSSEN PORTION LEIDENSCHAFT MACHEN WIR FIRMEN-FITNESS ERLEBBAR.



KRAFT AUS DER REGION FÜR DIE REGION

Wir sind mehr als nur ein Ort für Bewegung. Wir sind ein Erlebnis für Groß und Klein, für Jung und Alt. Wir haben für jeden etwas dabei: Die Kleinen können sich im Hi-Fly Trampolinpark austoben, während die Großen im Padelpark gegeneinander antreten oder sich durch ein Fitnessstraining im Healthpark stärken. In unseren B2B-Konzepten ist Beste aus allem vereint und besonders effizient. Denn, Du bekommst alles aus einer Hand, was Du und Dein Unternehmen brauchen. Überzeug dich selbst!



DEIN TEAM, EURE VORTEILE

- **Vielfalt für alle:** Wir haben das passende Angebot, bei dem sich jeder wohlfühlt, egal ob er nach Schmerzfreiheit, Leistungssteigerung oder mehr Wohlbefinden sucht.
- **Unvergessliche Momente:** Unsere Events wie die SUPERHELDEN-TAGE powered by BARMER begeistern Auszubildende und Führungskräfte zugleich und stärken den Teamgeist. (QR-Code Videos Youtube)
- **Einfach integriert:** Bereits bestehende Benefits in Deinem Unternehmen? Kein Problem! Unsere Leistungen knüpfen nahtlos an und ergänzen diese mit regionaler Power.



UNSERE HIGHLIGHTS FÜR DEIN UNTERNEHMEN

- **Persönlich und vor Ort:** Wir sind direkt da, wo ihr uns braucht – mit Lösungen für Dich und Dein gesamtes Team.
- **Individuelles Angebot:** Von Bewegung bis Gesundheit – Unser Team aus über 250 hochmotivierten „Menschenfreunden“ ist für Euch da und freut sich, für Euch da zu sein.
- **Steuer- und sozialversicherungsfreie Vorteile:** Bis zu 100 EUR pro Mitarbeitendem pro Monat können für Konzepte im SPORTPARK genutzt werden.

DEINE VORTEILE ALS MITARBEITER

- **Maximale Flexibilität:** Ohne feste Bindung – monatlich kündbar.
- **Attraktive Ersparnisse:** Du sparst zwischen 50 und 75 EUR monatlich.
- **Zugang zu allen Standorten:** Nutze unsere Angebote in drei regionalen Zentren.

Ansprechpartner:
Marcel Kohlberg
SPORTPARK Mönchengladbach
An den Hölter Sportsstätten 1
41063 Mönchengladbach
T 02161 35 39 70
marcel.kohlberg@sportpark.de

**SPORTPARK
MÖNCHENGLADBACH**

Wir haben also wirklich für jeden etwas! Egal, ob für Einzelpersonen oder Teams, unsere Angebote sind so vielfältig wie Eure Wünsche. Gemeinsam stärken wir die Gesundheit und den Zusammenhalt in Deiner Region.

Starte auch Du jetzt Deine ganz persönliche Mission Gesundheit.

SPORTPARK.DE

Gesundheit im Betrieb

Unternehmerisch handeln heißt vorausdenken und bedeutet auch neue Entwicklungen wie den demografischen Wandel oder die Digitalisierung im Blick zu behalten. Mit motivierten und gesunden Beschäftigten lassen sich diese Herausforderungen meistern.

BARMER

Arbeitswelt im Wandel

Die Arbeitswelt befindet sich in einem grundlegenden Wandel. Neue Technologien krepeln ganze Branchen um. Die Ansprüche von Kunden an Service und Beratung steigen konstant. Gleichzeitig setzen sich flexible Arbeitsmodelle wie Teilzeit oder Telearbeit durch. Die Anzahl der jüngeren Arbeitskräfte sinkt und das Durchschnittsalter der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in Unternehmen steigt.

Gesundes Team, gesundes Unternehmen

Für Arbeitgeber*innen wird es deshalb immer wichtiger, sich um die Gesundheit, Zufriedenheit und Motivation ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu kümmern – etwa mit einem betrieblichen Gesundheitsmanagement. Zur Zukunftssicherung gehört es auch, die Beschäftigungsfähigkeit aller Altersgruppen in der Belegschaft nachhaltig zu fördern. Zentrales Ziel ist es, dass die Beschäftigten ihren Beruf bei guter Gesundheit bis zum Ausstieg aus dem Berufsleben ausüben und bis ins hohe Alter selbstständig am sozialen Leben teilnehmen können.

Bis heute konnten bereits viele Partnerfirmen des Santander RUN & FUN Firmenlaufs, gemeinsam mit Barmer, ihr betriebliches Gesundheitsmanagement umsetzen, konstant neue Impulse setzen und moderne Ansätze für die Belegschaften von heute und morgen erhalten - vor Ort, digital und auch hybrid.

Ihr wollt Euch beraten lassen, dann meldet Euch bei

Ansprechpartner:

Marcel Küsters
BARMER Mönchengladbach
Hohenzollernstr. 179
41063 Mönchengladbach
Tel.: 0800 333004 401-701
marcel.kuesters@barmer.de



BETRIEBLICHE GESUNDHEITSFÖRDERUNG



RV Fit- kostenloses Präventionsprogramm für Berufstätige

Schon über 1000 Teilnehmende zählt das Programm RV Fit, das in der medicoreha im Herzen von Mönchengladbach-Rheydt angeboten wird. Es ist entstanden in Zusammenarbeit mit der Deutschen Rentenversicherung, mit dem Ziel die Gesundheit von Berufstätigen zu erhalten oder wieder herzustellen. Die Teilnehmenden profitieren von den Erfahrungen die medicoreha seit über 25 Jahren in der ambulanten orthopädischen Rehabilitation gesammelt hat. Dabei arbeitet das Team aus Ärzten, Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Sportwissenschaftlern, Psychologen und Ernährungsberatern (m/w/d) intensiv zusammen.

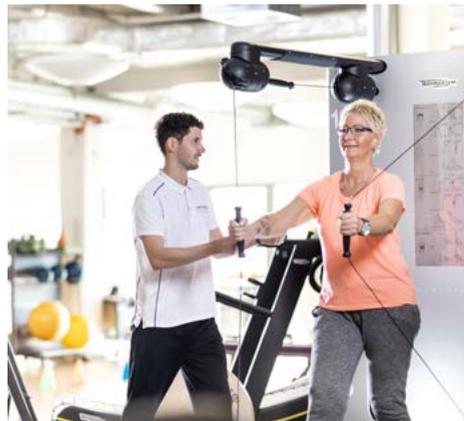
Schwerpunkt von RV Fit ist das regelmäßige Training von Kraft, Ausdauer und Koordination an Geräten und in der Gruppe. Ergänzt von Seminaren zu den Themen Entspannung, Ernährung und Ergonomie am Arbeitsplatz. Das Programm findet in einer festen Gruppe von 10-15 Personen zwischen 17 und 20 Uhr statt. Die Kosten werden komplett von der Rentenversicherung getragen.

Ablauf:

1. Online bei der Rentenversicherung beantragen (10 Min.)
2. Startphase: 3 Tage Vollzeit bei medicoreha
3. Trainingsphase: 2 Termine/Woche, 4 Monate lang á 1,45 h
4. Auffrischungstag: 3 Monate nach Beendigung

Euer Kontakt:

medicoreha (im medicentrum)
Dahlenerstraße 69
41239 Mönchengladbach
02166 – 99 88 20
rheydt@medicoreha.de



ERGONOMIEBERATUNG FÜR EURE GESUNDHEIT



Der ergonomisch gestaltete Arbeitsplatz ist nicht nur eine Frage der Einrichtung, sondern verlangt auch informierte Benutzer *innen. Wer viel am Schreibtisch arbeitet, sollte Bescheid wissen.

Rückenprobleme gelten als die Volkskrankheit Nr. 1 in Deutschland. Der wirtschaftliche Schaden ist dabei beträchtlich. Rückenschmerzen sind die häufigste Ursache für Arbeitsunfähigkeitstage (Quelle: BKK Gesundheitsreport 2013) und viele Arbeitnehmer*innen scheiden wegen Rückenproblemen vorzeitig aus dem Erwerbsleben aus.

Körperliche Belastungen bei der Büroarbeit werden vielfach als besonders „rückenunfreundlich“ angesehen. Aber gerade hier könnten Arbeitnehmer*innen schon selbst einiges verbessern. Doch diese Potenziale bleiben oft ungenutzt.

Häufig würde es genügen, wenn man die eine oder andere Gewohnheit ändert oder vorhandene Büromöbel besser anpasst. Fachleute stellen zum Beispiel immer wieder mit Erstaunen fest, dass viele ihren Bürodrehstuhl zwar in der Höhe verstellen, aber von den übrigen Bedienelementen nicht einmal wissen, wofür sie vorhanden sind. Das Maß seid Ihr! Wir zeigen Euch den neuen Weg und geben Euch die Hilfsmittel zur Hand. Ihr braucht nur Eure Gewohnheiten zu ändern und einem gesunden Arbeiten am Schreibtisch steht nichts mehr im Wege!

Unser zertifizierter Ergonomie-Coach bringt Gesundheit in Euer Unternehmen.

- >> Höheres Wohlbefinden der Mitarbeiter*innen = bessere Produktivität
- >> Höhere Motivation der Mitarbeiter*innen = besseres Betriebsklima, mehr Leistung
- >> Senkung des Krankenstandes
- >> Geringere Fluktuation durch Wertschätzung
- >> Planungssicherheit
- >> Kostenersparnis
- >> Wettbewerbsvorteile
- >> BEM – Betriebliche Eingliederungsmaßnahmen

Euer Ansprechpartner:

Thomas Gartz (Thomas.gartz@viehausen-gartz.de)

Das Sanitätshaus Renovatio geht neue Wege in der Versorgung mit Hilfsmitteln. Nur wenige Minuten von der Mönchengladbacher Innenstadt entfernt findest Du uns auf der Rudolfstr. 10. Unsere Räumlichkeiten sind hell, großzügig und freundlich. Unser kompetentes Team aus Orthopädietechnikern, Orthopädienschuhmachern, Sanitätshausfachangestellten und Physiotherapeuten empfängt Dich gerne. Eine jahrelange intensive Zusammenarbeit mit Ärzten, Spitzensportlern und Wissenschaftlern gibt uns heute das Wissen und die Möglichkeiten, all Deinen Wünschen und Bedürfnissen gerecht zu werden.



Alle Altersklassen sind bei uns willkommen und wir liefern Dir alle gängigen Versorgungsmöglichkeiten. Neben der rehabilitativen Medizin legen wir auch großen Wert auf die Präventivversorgung. Perfekt abgestimmte Bandagen, Orthesen, Kompressionsstrümpfe und viele weitere Produkte aus den internistischen und orthopädischen Bereichen findest Du bei uns.

Besonderen Wert legen wir auf unsere eigene Einlagenmanufaktur. Die für Deinen individuellen Lifestyle konzipierten Einlagen verbinden eindrucksvoll Tragekomfort mit Eleganz. Für Deine Herstellung verwenden wir ausschließlich leichteste und modernste Materialien. Aufwendig manuell gefertigt und exakt auf deine pedographischen Bedürfnisse zugeschnitten, zeichnet sie sich ferner durch Flexibilität, hohe Widerstandsfähigkeit und eine geringe Aufbauhöhe aus. Damit sie jeder Herausforderung deines Alltags gewachsen ist.

Gerade im Sport, in dem die Belastungen für die Biomechanik des Körpers am größten sind, ist es umso wichtiger, Schmerzen zu vermeiden und den Bewegungsapparat präventiv zu schützen. Die eq.Sports wirkt dank spezieller Fertigungstechnik druckentlastend und stoßabsorbierend, ist stark atmungsaktiv und nimmt auf die verschiedenen biomechanischen Anforderungen Rücksicht. Respektive Deiner individuellen physischen Bedürfnisse wird die Einlage perfekt auf Deinen Fuß und die jeweiligen Eigenschaften deines Sportschuhs angepasst. Dadurch gewährleistet diese Einlage hervorragenden Halt bei hohem Tragekomfort. Geeignet für alle Sportliebhaber*innen. EQ-Sports – Mehr Leistung für Leistungsträger*innen.

Euer Ansprechpartner:

Ulrike Nasilowski (ulrike.nasilowski@renovatio.de)

Das ist SMS group - unsere Mission:
#turningmetalsgreen



Die SMS group ist weltweit bekannt für ihre zukunftsweisenden Technologien und hervorragenden Services in der Metallindustrie. Wir nutzen unsere 150-jährige Erfahrung und unser digitales Know-how, um kontinuierlich Produkte und Prozesse innerhalb und außerhalb unserer Branche zu innovieren. Als Partner für anspruchsvollste Projekte begleitet SMS seine Kunden über den gesamten Lebenszyklus ihrer Anlagen und ermöglicht so profitable und ressourcenschonende Wertschöpfungsketten. Unsere Mission ist es, Metalle grün zu machen und eine klimaneutrale und nachhaltige Metallproduktion voranzutreiben.

Wir haben 14.000 Mitarbeitende an über 100 Standorten weltweit, nahe bei unseren Kunden.

Act, Share, Care, Innovate und Succeed: unsere Werte sind die Grundlage unserer Unternehmenskultur und entscheidend für unseren Erfolg. Sie dienen als Leitfaden für Entscheidungen und stellen sicher, dass unser Handeln im Einklang mit unseren Zielen steht. Indem wir unseren Werten folgen, fördern wir eine starke Unternehmenskultur, schaffen Zusammenhalt und ein positives Arbeitsumfeld. Unsere Werte heben uns von unseren Mitbewerbern ab, indem sie eine einzigartige Identität vermitteln und zeigen, wofür die SMS group steht.

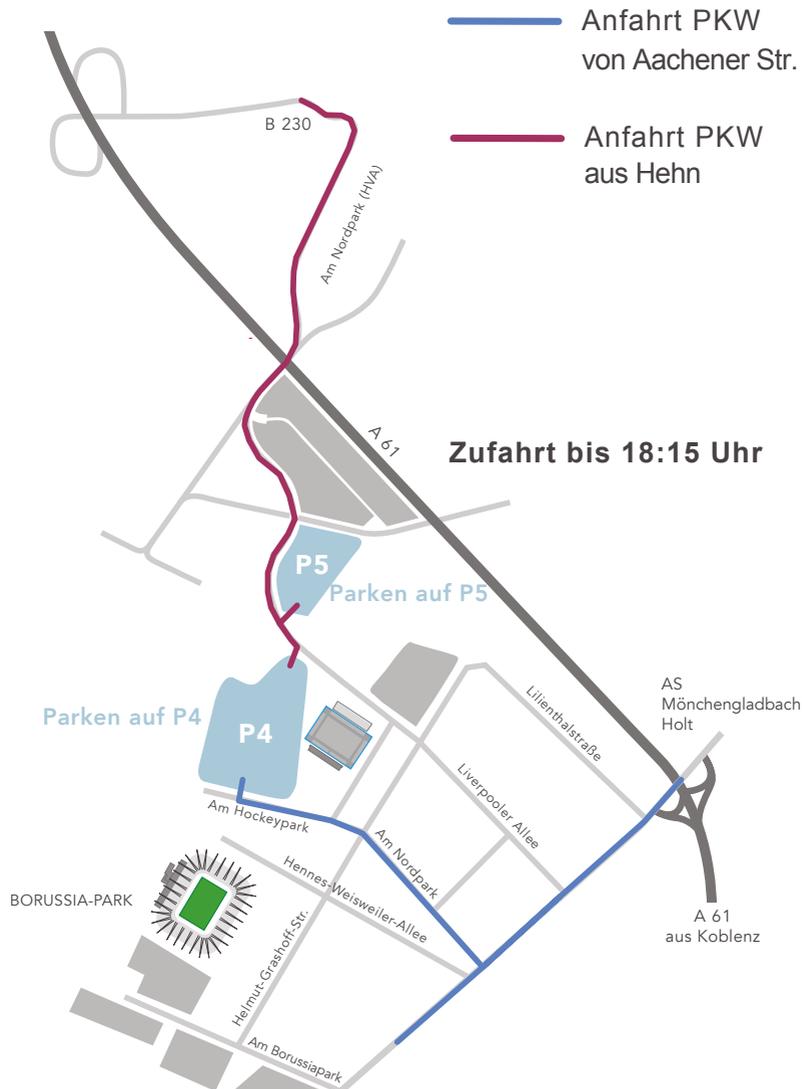
Spotlight: CARE

Wir bauen unsere Kultur auf Vielfalt und Integrität auf. Wir respektieren und vertrauen einander und kümmern uns um die Gesundheit, Sicherheit und das Wohlbefinden aller Beteiligten. Wir übernehmen soziale und ökologische Verantwortung. Wir bei SMS group glauben, dass wir jeden Tag etwas bewirken können, indem wir uns daran erinnern, dass unsere Sicherheit und Gesundheit in unseren eigenen Händen liegt. Gemeinsam gelingt es uns, eine sichere und gesunde Kultur zu schaffen.

www.sms-group.com

DEIN WEG ZUM SANTANDER RUN & FUN MÖNCHENGLADBACHER FIRMIENLAUF

Ihr könnt beim Santander RUN & FUN Mönchengladbacher Firmenlauf auf den Parkplätzen P4 und P5 parken. Um die Verkehrssituation zu entlasten, beachtet die Wegeführung!



DAS KREATIVSTE KOSTÜM

Ihr habt eine gute Idee, wie Ihr eure Firma durch ein Laufkostüm phantasievoll repräsentieren könnt? Dann kleidet Euch ein und stellt Eure Kreativität unter Beweis, denn das kreativste Kostüm/Outfit wird prämiert. Es gibt folgende Wertungen:

Einzelwertung Schnelligkeit Läufer:in

- Platz 1 – 3 Frauen
- Platz 1 – 3 Männer

Teamwertung Schnelligkeit Läufer:innen

- Platz 1 Mixed-Teams
- Platz 1 Frauen-Teams
- Platz 1 Männer-Teams

Sonderwertungen Platz 1:

- schnellste:r Chef:in

Sonderwertungen Platz 1:

- das kreativste Outfit

Die Wertungen der Firmen und Einzelwertungen sind nach dem Lauf auf der Homepage des **Santander RUN & FUN** Firmenlaufs für jede:n ersichtlich.

ZEITMESSUNG

Die Zeitmessung erfolgt über ein Einweg-Startnummern-System. Alle notwendigen Daten werden auf der Startnummer gespeichert und von einer Bodenmatte gelesen und weitergeleitet, sodass Start- und Zielzeit der Läufer:innen im entscheidenden Moment erfasst werden. Eine Zeitmessung erhält jede:r Läufer:in, der/die über alle Messmatten gelaufen ist.

MACH DEIN DING!

Mit artiva sports zum perfekten Team-Outfit!
Mit hochwertigen Laufshirts von artiva sports wird dein Team nicht nur komfortabel laufen, sondern auch zum absoluten Hingucker!

Unser **kostenloser Designservice** kreiert für euch ein einzigartiges, individuelles Design. Dein **persönlicher Berater** sorgt dafür, dass der gesamte Prozess reibungslos verläuft – von der Bestellung bis zum fertigen Produkt.

Wir kümmern uns um alles, damit du dich entspannt auf deinen Lauf fokussieren kannst!

Jetzt Kontakt aufnehmen!

030. 89 74 26 99
info@artiva-sports.com
artiva-sports.com

Offizieller Ausrüster des
Santander RUN & FUN
Mönchengladbacher Firmenlaufs

artiva[®]
customized sportswear

- ▶ Persönliche Beratung
- ▶ kostenfreier Designservice
- ▶ Top Qualität in Druck, Verarbeitung und Material
- ▶ optimaler Komfort und höchste Funktionalität
- ▶ auf Wunsch aus recyceltem PET
- ▶ 100% individuell



GARDEROBENVERWAHRUNG/UMKLEIDEN

Natürlich habt Ihr die Möglichkeit, Eure persönlichen Gegenstände bei uns in der Garderobe von 16:00 – 21:00 Uhr zu verwahren. Diese befindet sich hinter der Haupttribüne des Hockeystadions. Bitte bringt einen eigenen Beutel oder Rucksack für Eure Kleidung mit. Diese wird mit Eurer Startnummer beschriftet. Zur Abholung dient die eigentliche Startnummer. Wir verwahren kostenlos die Garderobe, übernehmen jedoch keine Haftung. Herren- und Damenumkleiden sowie Duschmöglichkeiten befinden sich im Keller des Hauptgebäudes. Folgt einfach der Beschilderung.

STARTAUFSTELLUNG

Um 18:45 Uhr beginnt die Startaufstellung. Reiht Euch bitte in die Zeitzone ein, die Euch von der Geschwindigkeit her am besten zusagt. Von 4 Minuten pro Kilometer bis zu 8 Minuten pro Kilometer sind alle Zeiten dabei. **Zuerst sollen sich die Läufer:innen aufstellen und im Anschluss daran reihen sich bitte die Walker:innen ein, damit Stau vermieden wird.**

Bitte lauft vorsichtig und beachtet das Wohl der Mitläufer:innen: **Die Langsamen bleiben rechts und die schnellen Teilnehmer:innen können links überholen.** Immer Platz zum Überholen lassen und haltet nach dem Zieleinlauf bitte den Zielbereich frei.

FANS

Ihr dürft auch gerne Eure Kolleg:innen, Freunde und Verwandte, die selbst nicht beim **Santander RUN & FUN** mitlaufen, zum Anfeuern aufs Gelände einladen und sie an der guten Stimmung vor und nach dem Lauf teilhaben lassen. Gäste sind bei uns immer willkommen. Selbstverständlich kostenlos!

CHARITY

Es geht beim Santander RUN & FUN Mönchengladbacher Firmenlauf um mehr als nur das reine Sporterlebnis. Die Teilnehmer:innen bilden ein Team, haben vor, während und nach dem Lauf gemeinsam Spaß und gehen auch noch für den guten Zweck an den Start. Santander spendet pro Jahr 25.000 Euro. Die Summe wird an Sportvereine und andere gemeinnützige Vereine aus der Region verteilt.

DEUTSCHES ROTES KREUZ & HELFER

Das Team vom DRK sorgt für die optimale medizinische Versorgung auf der Strecke und im Stadion. Diese sind über Funk sofort einsatzbereit. Zudem positioniert **Santander RUN & FUN** erneut Ordner:innen entlang der Laufstrecke, sodass Ihr zu jeder Zeit benötigte Hilfe bekommt. Eine tolle Aktion und ein großes Dankeschön an alle Helfer:innen!

AFTER-RUN-PARTY

Unmittelbar im Anschluss an den Lauf erlebt Ihr mit Euren Kolleg:innen die schönen Momente des **Santander RUN & FUN**. Auf dem Siegerpodest werden alle Gold-, Silber- & Bronze-Gewinner:innen sowie alle anderen Wertungen ausgiebig gefeiert und geehrt. Es gibt tolle Preise für alle Gewinner:innen. „**Das Team gewinnt!**“

Nach der Siegerehrung auf der großen Siegerbühne bringt anschließende Partymusik während unserer großen After-Run-Party die müdesten Beine wieder in Bewegung. Genießt mit Eurem/Eurer Chef:in, den Kolleg:innen und Freunden das gemeinsam Erlebte bei einem kühlen Getränk.

NACH DEM LAUF

Unmittelbar nach dem Lauf könnt Ihr Eure gelaufenen Zeiten im Internet auf unserer Homepage einsehen. Zu Hause könnt Ihr Eure Urkunde online ausdrucken. Zwei Tage nach dem Lauf findet Ihr alle Bilder vom Lauf auf unserer Homepage kostenfrei zur privaten Nutzung.

Auch unsere Videos und Fotos lassen nicht lange auf sich warten. Alle Eure Momente des Firmenlaufs findet Ihr zeitnah auf der Santander RUN & FUN Homepage und der Rubrik „Nach dem Lauf“.

Ebenfalls findet Ihr Fotos und Beiträge am folgenden Wochenende in der Beilage der Rheinischen Post. Hier findet Ihr alle Firmen gelistet, die am Firmenlauf teilgenommen haben.

Zeitablauf*

16:00 Uhr	Öffnung des Veranstaltungsgeländes
16:00 – 18:00 Uhr	Das Infobüro hat geöffnet
16:00 – 18:00 Uhr	Startunterlagen können im Notfall im Infobüro abgeholt werden
16:00 – 21:00 Uhr	Garderobenverwaltung geöffnet
18:30 Uhr	Willkommen zum Santander RUN & FUN Mönchengladbacher Firmenlauf 2025 mit Anmoderation und Begrüßung
18:45 Uhr	Startaufstellung
19:00 Uhr	Startschuss zum Lauf
20:00 Uhr	Beginn der After Run Party „FUN“
20:30 Uhr	Closing der Strecke und Siegerehrung
21:00 Uhr	Let's have FUN!

* Änderungen vorbehalten

the FINISHER

VIRTUAL CHALLENGES

JEDER WEG BEGINNT MIT EINEM ERSTEM SCHRITT

Sportliche Challenges auf die eigenen Bedürfnisse abgestimmt!

WWW.THE-VIRTUAL-FINISHER.DE

Die perfekte Art sich und andere zu sportlichen Höchstleistungen zu motivieren: Vergen Sie hochwertige Medaillen, als Andenken oder prunkvolle Trophäe. Bei the virtual FINISHER können individuelle Challenges gebucht werden, die man virtuell mit sich selbst abschließt, aber reell bestreiten muss. Am Ende steht eine personalisierte Urkunde und eine wunderschöne, detaillverliebte Medaille!

In den Disziplinen Walken, Laufen und Radfahren kann gestartet werden. Bei den „OFFICIAL FINISHER“-Challenges sind feste Distanzen vorgegeben. In den meisten anderen Challenges kann allerdings bereits bei 3 km gestartet werden, so können sich auch Anfänger:innen langsam herantasten.



CARE FOR YOURSELF & CARE FOR THE WORLD

Mit dem Leitmotto möchte the virtual FINISHER Schritt für Schritt ein Zeichen setzen! Bei uneingeschränkt jeder Teilnahme, an einer der FINISHER-Challenges, spendet das Unternehmen 5 Euro an ausgewählte RUN FOR FUTURE-Projekte. Dabei handelt es sich um engagierte Organisationen, die sich für den Schutz von bedrohten Lebensräumen einsetzen, Müll aus unseren Seen und Ozeanen holen, kleinen Kindern Wünsche erfüllen oder rumänischen Straßenhunden Hilfe und auch ein neues Zuhause bieten.

Es geht um mehr, als reine Motivation, denn the virtual FINISHER möchte seine Teilnehmer:innen zu einer Reise einladen, hin zu mehr Wertschätzung für die Umwelt und den eigenen Körper und Geist. Deshalb ist es wichtig, auch kleine Erfolge wie 3 km zu feiern. Eine Teilnahme zeigt: Man arbeitet an sich, man wächst über sich hinaus und bleibt nicht in der eigenen Komfortzone. Und wessen Ziel es ist, der oder die Schnellste zu sein, kann sich im FINISHER-Portal nach seiner erfolgreichen Challenge in der Rankingtabelle wiederfinden. #dubistdran

Jeder kann es schaffen, wenn man nur den ersten Schritt wagt!



5,00 € für die Säuberung von Seen und Ozeanen!

5,00 € für eine bessere Aufklärung und Respekt!

5,00 € für den Schutz von hilfsbedürftigen Kindern!

EXKLUSIVES ANGEBOT: BEWEGEN SIE MEHR, IN IHRER FIRMA!

Exklusiv für den RUN & FUN Firmenlauf können Sie die 5 km OFFICIAL FINISHER Medaillen für alle Ihre Teammitglieder zum Vorteilspreis bestellen und somit ein Zeichen setzen. #DasTeamgewinnt und Sie überreichen allen eine Medaille als Zeichen des Zusammenhalts und als Andenken! Erhalten Sie schnell und unverbindlich ein Angebot per Mail an: marketing@thevirtualfinisher.de

Erledigt	Zeitpunkt	Aufgabe
		Die SANTANDER RUN & FUN Registrierung durchführen.
	6 Monate vor dem Lauf	Interne Abfrage für Teilnahme starten.
	3-6 Monate vor dem Lauf	Kostenlose Werbemittel anfordern (u.a. ein individuelles Motivationsplakat) und diese im Unternehmen verbreiten.
	1-6 Monate vor dem Lauf	Teilnehmer:innen regelmäßig mit aktuellen Informationen versorgen.
	bis 4 Wochen vor dem Lauf	Startplätze und/oder Premium-Paket buchen (Frühbuchertarif bis zum 31.03.2025 beachten)
	bis zum 11.08.2025	Laufshirts bestellen (Bestellschluss!)
	ca. 2-3 Wochen vor dem SANTANDER RUN & FUN	Unsere Schneckenpost ist online! Alle Informationen rund um den SANTANDER RUN & FUN Mönchengladbacher Firmenlauf.
	bis zum 02.09.2025	Wertmarken für Speisen und Getränke vorbestellen!
	ca. 1 Woche vor dem SANTANDER RUN & FUN	Last-Minute-Startplätze nachbuchen!
	ca. 1 Woche vor dem SANTANDER RUN & FUN	Arbeitskolleg:innen und Freunden Bescheid geben, die für Stimmung auf der Strecke sorgen.
	11.09.2025 10:00-18:00 Uhr	Startunterlagen für das gesamte Team im Hockeypark Mönchengladbach abholen.
	Veranstaltungstag 15.09.2025	Den Tag beim SANTANDER RUN & FUN Mönchengladbacher Firmenlauf genießen!
	Am Tag nach dem Lauf	Alle Ergebnisse sind online und ihr könnt Euch Eure Urkunde ausdrucken. Alle Fotos des Firmenlaufs findet Ihr ebenfalls bald unter der Rubrik "Nach dem Lauf" auf unserer Homepage.
	20.09.2025	Schaut Euch die 8 Seiten Sonderbeilage zum SANTANDER RUN & FUN in der Rheinischen Post an.

Gold Partner



Premium Partner





RUN & FUN Event GmbH
Hilderather Straße 190
41179 Mönchengladbach
www.santander-run-fun-mg.de

EURE ANSPRECHPARTNER:INNEN

Josie Hilgers
Geschäftsführerin
E-Mail: info@santander-run-fun-mg.de

Sven Luckner
Projektleiter
E-Mail: sl@run-fun-mg.de

Sven Schulte Eversum
Projektleiter
E-Mail: sse@santander-run-fun-mg.de

Melanie Poschinski
Marketing
E-Mail: mp@run-fun-mg.de