

Hygiene- und Infektionsschutzkonzepte

Krisenzeiten erfordern viele Erklärungen – sorry also für viel Text, der jetzt kommt:

Corona macht auch vor dem Nikolaus nicht halt. Wir hoffen trotzdem, dass sich der immense Planungsaufwand lohnt und wir bei ordentlich Musik alle zusammen das Beste draus machen und schöne Läufe erleben können.

Uns als Veranstaltern blutet wirklich das Herz, dass der Nikolauslauf dieses Jahr als Light-Version an den Start gehen muss und wir viel von dem, was die Veranstaltung sonst ausmacht, nicht anbieten können. Aber "abgespeckt" ist immer noch besser als gar nicht.

Wenn sich alle an die (vielen aber einfachen) Regeln halten, kann sich dafür dann aber auch jeder sicher fühlen.

Maske (über Mund und Nase), **Abstand und Handhygiene** sind auf der Anlage durch die Corona-SchutzVO vorgeschrieben und werden von unseren Helfern auch kontrolliert. Bitte haltet die bekannten Regeln ein – wir haben auch keine Lust, ständig mit erhobenem Zeigefinger neben Euch zu stehen.

Gesichts-Visiere und Spuckschutze aus Kunststoff können zusätzlich zur Maske getragen werden, ersetzen diese aber nicht. Teilnehmer und Begleitpersonen, die aus gesundheitlichen Gründen keinen Mund-Nasen-Schutz tragen können, bitten wir aus gesundheitlichen Gründen, dieses Jahr den Veranstaltungen fern zu bleiben – nächstes Jahr ist wieder Nikolauslauf und dann feiern wir hoffentlich wieder alle zusammen das Ende der Pandemie.

Damit die Maske auch weitestgehend aufbehalten werden kann, müssen wir uns für dieses Jahr leider von **Kuchen- und Grill-/Suppenstand** verabschieden und auf ein **Rauchverbot** auf der gesamten Anlage bestehen.

Walking und Nordic Walking das Ende der 5km-Veranstaltung so weit nach hinten verschieben, dass wir nach dem 10km-Lauf nicht vor Sonnenuntergang mit dem Abbau fertig würden. Deswegen können wir – auch wenn es schmerzt – die beiden Wettbewerbe dieses Jahr leider nicht anbieten.

Da in **Duschen und Umkleiden** der geforderte Abstand schlecht eingehalten und erst recht schlecht kontrolliert werden kann, können wir im Hallengebäude ausschließlich Toiletten anbieten, so dass die TeilnehmerInnen am besten schon in Laufkleidung zur Anlage kommen. Wenn dann die Startnummer schon angebracht ist, dürfte die Einlassaufschreibung so schnell gehen, dass keiner am Eingang warten muss. Für den Fall, das Regen angesagt ist, werden wir aber eine kostenlose **Garderobe für Schirme** anbieten. Sollte es am Eingang oder Ausgang doch mal zu Wartezeiten kommen, steht man nicht im Regen und kühlt so schnell aus...

Die **Anzahl der Teilnehmer** mussten wir sowohl bei den Jugendläufen insgesamt als auch bei 5- und 10km-Lauf jeweils auf 300 Personen beschränken.

Bei der Online-Anmeldung eine geschätzte **Zielzeit** angeben. Wer sich unsicher ist, kann sich an den [Zeiten vom letzten Jahr](#) orientieren. Nach der Reihenfolge der Zielzeiten verteilen wir die Startnummern und in der Reihenfolge erfolgt dann auch der **Einzelstart** (Schnellster vorneweg usw.) Wir wollen damit Überholvorgänge auf

ein Minimum verringern, damit auch im Wald, wo im Gegensatz zur Anlage keine Mund-Nasen-Bedeckung getragen werden muss, Infektionen so sicher wie irgend möglich ausgeschlossen werden können. Hierzu teilen wir am Eingang Schlauchtücher aus, die dann während des Laufs über Mund und Nase getragen werden können – kann im Winter ja sogar ganz angenehm sein...

Wer auf der Strecke **überholen** will, tut das bitte so zügig wie möglich. Wer merkt, dass er überholt wird, macht bitte ausreichend Platz. Ja, ist ein Wettkampf, aber eben einer in Pandemiezeiten – da achtet bitte jeder auf seinen Nächsten. Windschattenlaufen bzw. ist untersagt – Ihr tauscht sonst zu viele Aerosole miteinander aus – haltet bitte auf der Strecke **5 Meter Abstand** zueinander.

Wer **Krankheitssymptome** hat, bleibt zu Hause – ich denke, das ist nach 8 Monaten Pandemie für jeden selbstverständlich und gilt für Organisatoren und Helfer wie für Teilnehmer und Begleitpersonen gleichermaßen. Wer sich bei den Krankheitssymptomen unsicher ist, kann sie in unserer [Corona-Info](#) nachlesen (... oder halt ergoogeln ;-))

Die Starts erfolgen im 10-Sekundentakt. Die individuellen **Startzeiten** werden in den Tagen vor dem Lauf auf der Homepage bekannt gegeben. Bitte seid ca. 10 Minuten vor der Zeit da, damit Euch noch ein bisschen Zeit zum Einlaufen bleibt, bevor es dann in den Startkanal geht.

Die folgenden Schätzungen der Startzeiten der Veranstaltungen hängen von der jeweiligen Meldezahl ab und können sich noch bis zu einer Stunde verschieben. Bis sie endgültig feststehen, gehen wir aber bei voller Teilnehmerzahl von folgenden Starts aus:

1. Jugendläufe ab 9 Uhr
 - 400m Bambini-Lauf ca. 9:00 Uhr
 - 1.200m Schüler-Lauf ca. 9:30 Uhr
 - 1.500m Jugend-Lauf ca. 10.00 Uhr
2. 5km-Lauf ca. 11:00 Uhr
3. 10km-Lauf ca. 13:45 Uhr

Nach dem Lauf könnt Ihr selbstverständlich in Ruhe erst einmal ein Bisschen verschnauften und ggf. Euren Tee trinken. Weil aber durch den Einzelstart-Modus bis zum letzten Start immer weiter Leute auf die Anlage kommen bzw. nach und nach von der Strecke ins Ziel einlaufen, bitten wir Euch, das nicht zu lange auszudehnen. Wenn Ihr 10-15 Minuten hinbekommt, wäre das eine große Hilfe für uns.

Wir werden dieses Jahr den TeilnehmerInnen die **Startnummern** nach Hause schicken, damit sich vor Ort keine langen Schlangen bilden – leider fällt diesem System die **Nachmeldung** auf der Platzanlage zum Opfer. Zudem führt es dazu, dass die Anmeldung nicht wie gewohnt bis Mittwoch vor dem Lauf offen bleiben kann sondern wahrscheinlich nur bis zum Freitag/Samstag in der Woche davor (20./21.11.)... geben wir natürlich auf allen Kanälen bekannt, sobald das feststeht.

Die von der Corona-SchutzVO geforderte **Kontaktlisten** stellen wir schon bei der Online-Anmeldung zusammen, so dass auf der Anlage keiner mehr doofe Zettel ausfüllen muss. **Begleitpersonen** melden sich bitte bei der Online-Anmeldung ihres

Schützlings mit ihren Kontaktdaten mit an. Am Eingang wird dann von uns nur noch die Startnummer mit der jeweiligen Uhrzeit (ggf. mit Hinweis auf die Begleitperson) aufgeschrieben und ab geht die Post.

Umso wichtiger wird dadurch aber, dass keiner unter einer fremden Startnummer startet und die Begleitperson auch die angemeldete ist: Wenn die hinterlegten Kontaktdaten nicht übereinstimmen, könnte die Stadt ansonsten dafür ein Bußgeld verhängen. Über die Begleitpersonen hinaus können wir leider keine **Zuschauer** auf die Anlage lassen.

Im Ziel verteilen wir wie gewohnt **heißen Tee**. Wenn Ihr den auf habt, setzt die Mund-Nasen-Bedeckung bitte wieder auf.

Da wir im Einzelstartmodus auf die **Nettozeit** – also von Überschreiten der Startlinie bis Überschreiten der Ziellinie – abstellen müssen, stehen die Platzierungen erst fest, wenn der letzte Teilnehmer im Ziel ist. Dann sind die meisten aber schon nach Hause entschwunden. Um aber zusätzlich auch lange Wartezeiten und insbesondere Ansammlungen vor der Wettkampfbühne zu vermeiden, haben wir uns entschieden, die **Urkunden** dieses Jahr nur online zum Selbstdruck zur Verfügung zu stellen. Aus demselben Grund können auch leider keine **Siegerehrungen** stattfinden.

Am Ausgang zeigt Ihr bitte noch einmal kurz Eure Startnummer vor und schmeißt sie dann in den vorgesehenen Behälter – was dann kommt, ist zumindest gleichgeblieben: neben Eurem Pfandgeld bekommt Ihr den nach wie vor besten Stutenkerl, den es auf der Welt zu erlaufen gibt. :-)