

35. Wolfhager Volkslauf

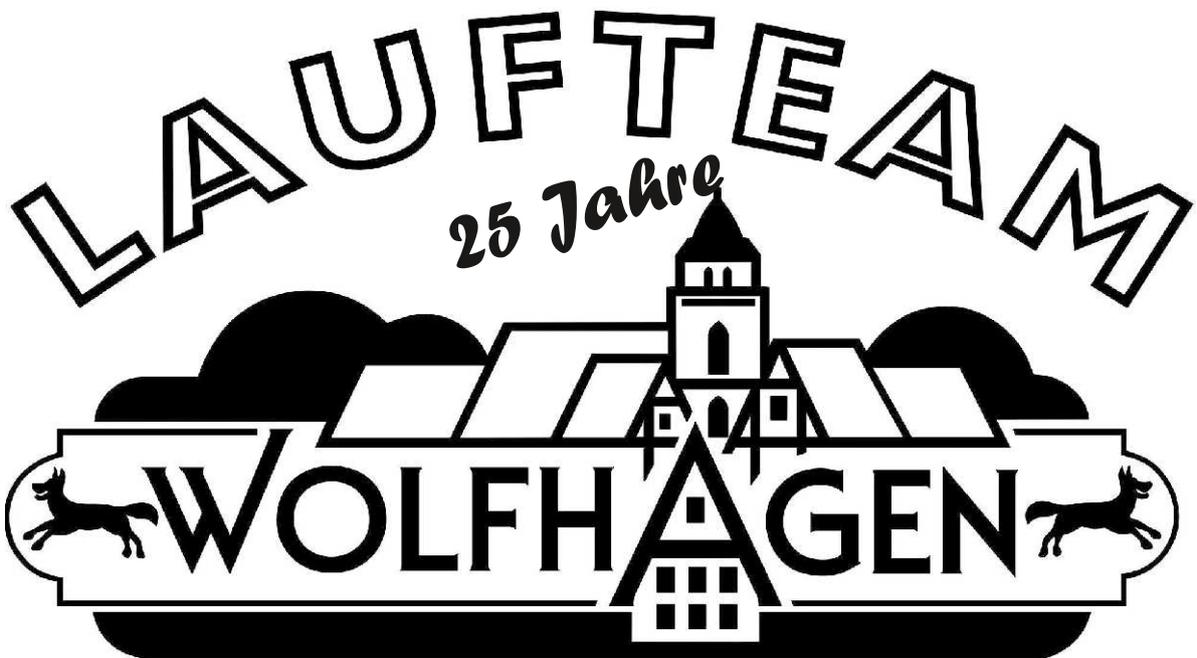
19. Nordic Walking Lauf
(5km und 10km)

Rund um den Graner Berg

10. Mai 2025



Wertungslauf im Nordhessencup 2025



www.laufteam-woh.de



Gemeinsam
etwas bewegen,



denn zusammen-geht-mehr.de

Auf unserer Spendenplattform können Sie Vereine in der Region mit Ihrer Spende unterstützen.

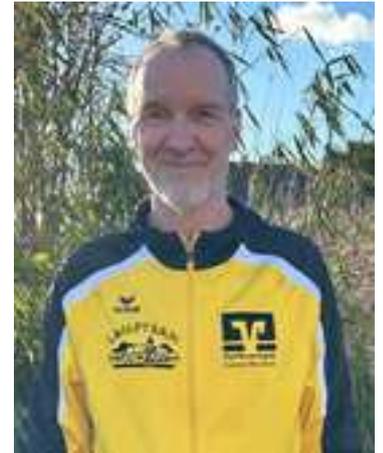


Raiffeisenbank
HessenNord eG

Grußwort



**Orga-Team: Thomas Borchardt, Julia Jungermann
(NHC-Beauftragte), Fred Knobel**



**Stefan Metzger
1. Vorsitzender**

Liebe Läufer*nnen, liebe Walker*innen,

im vergangenen Jahr haben wir unsere Streckenführung auf der 10 und 19 km verändert. Da es sehr viel positive Resonanz gab und die neue Streckenführung nicht so personalintensiv ist, werden wir auch in diesem Jahr an der neuen Streckenführung festhalten.

Martina Schaake hat nach vielen Jahren als Hauptverantwortliche für die Durchführung unseres Volkslaufs und Nordhessencup-Beauftragte nun den Staffelstab an das Orgateam rund um Julia Jungermann übergeben. Julia wird mit ihrem Team für euch auf den Beinen sein, um wieder für einen reibungslosen Ablauf des 8. Laufs der Nordhessencup-Serie zu sorgen.

Am Freitag, 09.05.2025 findet ab 18:00 Uhr wieder unseren Orgalauf statt. Bitte beachtet, dass wir -wie im letzten Jahr- eine Teilnehmerbegrenzung haben und nicht „aus dem Vollen schöpfen“ können. Natürlich sind auch wieder Walker*innen herzlich willkommen. Den aktuellen Stand der freien Anmeldeplätze könnt ihr im Anmeldeportal von Race Result einsehen. Für die Hauptläufe am Samstag, 10.05.2025 wird es keine Beschränkung der Teilnehmerzahlen geben.

Am Samstag führen wir parallel wieder die Grundschulmeisterschaft der Klassen 2-4 der Grundschule Wolfhagen durch. Wir rechnen wieder -wie in den Vorjahren- mit einer regen Beteiligung auf der 1000m Strecke.

Beachtet bitte, dass wir ausschließlich eine Online-Anmeldung und Online-Bezahlung haben. Eine Anmeldung und Bezahlung vor Ort ist nicht möglich! Bitte beachten dass sich die Startgebühren im Nordhessencup erhöht haben und auch für die Bambini nun eine Startgebühr erhoben wird.

Unsere Laufstrecken führen überwiegend über befestigte Feld- und Wiesenwege, die bestens ausgeschildert bzw. mit Streckenposten versehen sind. Dass wir für Euer leibliches Wohl bestens sorgen, hat sich in all den Jahren wohl rumgesprochen. Es gibt gekühlte Getränke, Kaffee, die leckersten Bratwürstchen vom Grill sowie Kuchen in großer Auswahl von unseren Läuferfrauen mit viel Liebe für Euch gebacken.

Wer nicht laufen kann oder will, ist als Zuschauer herzlich willkommen, damit im Start- und Zielbereich wieder die großartige Volkslaufstimmung aufkommt.

Das Wetter können wir leider nicht beeinflussen, wir werden aber dafür sorgen, dass alle Strecken bei jeder Wetterlage bestens für Euch vorbereitet sind.

Ein herzliches Dankeschön geht an unsere Werbepartner, sowie unsere zahlreichen Sponsoren aus Wirtschaft, Handwerk und Politik für die vielfältige Unterstützung in Form von Werbeanzeigen, Bannerwerbung, Sach-, Material und Geldspenden. Ein besonderer Dank geht an unseren Hauptsponsor, die Raiffeisenbank Hessen Nord eG.

Liebe Läuferinnen und Läufer, Walkerinnen und Walker, wir wünschen Euch eine erfolgreiche Veranstaltung, gute Zeiten, viel Spaß und noch weiterhin eine erfolgreiche Laufsaison 2025.

Wir freuen uns auf Euch!
Euer Laufteam Wolfhagen



Dr. Dirk Scharrer
Bürgermeister

Liebe Läuferinnen und Läufer, liebe Besucher!

Vogel fliegt.
Fisch schwimmt.
Mensch läuft.

Mit diesem Zitat der tschechischen Läufer-Legende Emil Zatopek heiße ich Sie im Namen der Stadt Wolfhagen ganz herzlich zum 35. Wolfhager Volkslauf "Rund um den Graner Berg" willkommen. Das Zitat bringt auch zum Ausdruck, dass die Evolution den Menschen zum Läufer gemacht hat. Deshalb ist für mich persönlich das Laufen so faszinierend, auch unter dem Gesichtspunkt der mentalen Gesundheit.

Der Wolfhager Volkslauf ist zu einer wichtigen, unverzichtbaren Einrichtung geworden, um gerade auch die Jüngsten zum Laufsport zu animieren. Jährlich treffen sich eine dreistellige Zahl von Teilnehmern aus allen Altersstufen, um die unterschiedlichsten Anforderungen zu meistern.

Der Graner Berg gepaart mit dem Blick auf unsere historische Altstadt bietet eine attraktive Kulisse für die Lauf- und Walkingwettbewerbe an den beiden Tagen. Ich freue mich, dass der Volkslauf unsere schöne Hans-Staden-Stadt Wolfhagen über die Gemarkungsgrenzen hinaus bekannter macht. Viele Läuferinnen und Läufer reisen aus den Nachbarregionen an. Dies passt auch ideal zu unserem eigenen Anspruch als Stadt, denn wir verstehen uns als Sportstadt. Mit unseren neuen Sportförderrichtlinien werden wir noch stärker die Wolfhager Sportvereine unterstützen.

Ich danke dem Laufteam Wolfhagen mit seinen vielen Helferinnen und Helfern sowie den ortsansässigen Sponsoren für ihr großartiges Engagement. Allen Organisatoren und Beteiligten wünsche ich bestes Wetter und einen guten Verlauf der Veranstaltung, allen Besuchern viel Spaß.

Ich drücke allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern die Daumen, dass sie Ihre ganz persönlichen Ziele erreichen und gesund finishen. Wie sagte es einst die US-amerikanische Langstreckenläuferin und Olympiateilnehmerin PattiSue Plumer so treffend: "Wettkämpfe lehren uns, aus was wir wirklich gemacht sind."

Ihr Dr. Dirk Scharrer
Bürgermeister von Wolfhagen

Teilnahmebedingungen

Datum	: 10.05.2025
Strecken	: 500 m, 1 km, 5 km, 10 km, 19 km Laufen 5 km und 10 km Walking/Nordic Walking über befestigte Feld- und Wiesenwege
Veranstaltungsorte.....	: Walter-Lübcke-Schule, 34466 Wolfhagen, Alte Großsporthalle, Ippinghäuser Str. Startnummernausgabe in der Pausenhalle der Walter-Lübcke-Schule (Gebäude 12)
Wertung.....	: Wertungslauf Nordhessencup 2025
Anmeldung	: Online Voranmeldung unter www.laufteam-woh.de oder direkt: https://my.raceresult.com/290047/registration
Startgeld Volkslauf/Walking	: für Erwachsene (ab Jg. 2007): 8,00 € für Schüler und Jugendliche (bis Jg. 2006): 4,00 € Bambini Jg.2018 und jünger 2,00 €
Auszeichnung.....	: Siegerehrung und Sachpreise für die zeitschnellsten Frauen/Männer über die 19 km, 10 km und 5 km Strecke. Urkunden Online: https://my.raceresult.com/290047/results oder am Urkundenterminal in der Pausenhalle. Alle Schüler über 1 km sowie die Bambini erhalten Urkunden und Medaillen. Urkunden für alle Walker.
Veranstalter.....	: Laufteam Wolfhagen
Auskunft	: Julia Jungermann, Ahornstraße 32, 34466 Wolfhagen Tel.: 05692/997012 (17:00 – 20:00 Uhr) , E-Mail: nhc@laufteam-woh.de
Anfahrt	: Bitte der Volkslaufbeschilderung folgen / Navi: Ippinghäuserstraße
Öffentliche Verkehrsmittel.....	: Buslinie 110 oder RT4/RE4
Ergebnislisten und Bilder.....	: Unter www.laufteam-woh.de
Hinweise.....	: Parkmöglichkeiten im Bereich der Walter-Lübcke-Schule und hinter der Stadthalle Wolfhagen Umkleide- und Duschkmöglichkeit stehen zur Verfügung.
Haftung.....	: Genehmigter Volkslauf! Es besteht die Sportversicherung durch den HLV.
Haftungsausschluss	: Ausnahme: Für Diebstahl und Sachschäden besteht keine Haftung. Mit der Abgabe der Anmeldung erklären die Teilnehmer: „Ich habe für die Teilnahme an diesem Wettbewerb ausreichend trainiert, bin körperlich gesund und mein Gesundheitszustand wird ärztlich bestätigt“.
Datenschutzhinweis.....	: Ich bin damit einverstanden, dass die von mir gemachten Fotos und Filmaufnahmen in Rundfunk, Fernsehen, Presse, Werbung, Büchern und fotomechanischen Vervielfältigungen ohne Vergütungsanspruch meinerseits genutzt und weitergegeben werden dürfen.“ Die personenbezogenen Daten der Anmeldung werden für die Durchführung des Laufes bis hin zur Erstellung der Ergebnislisten verwandt.
Sanitätsdienst.....	: DRK Wolfhagen im Start- und Zielbereich
Verpflegung	: Strecke: Wasser, Start und Ziel: Tee, Waldecker Mineralbrunnen, Krombacher Alkoholfrei. Pausenhalle: Getränke, Kaffee und Kuchen sowie Bratwurst
DLV-Stempel	: Wertung für das Volkslaufabzeichen und das Kilometerabzeichen des DLV.

Es sind keine Spikes zugelassen!

Orgalauf: 09. Mai 2025 - 18:00 Uhr

Start um 18:00 Uhr für alle Strecken

Bitte beachtet unsere Teilnehmerbegrenzung

weitere Informationen unter:

www.laufteam-woh.de

zur
Online-Anmeldung



Klasseneinteilung und Zeitplan

Jahrgänge	Strecken und Startzeiten		
	5 Km 15:40 h	10 Km 15:30 h	19 Km 15:45 h
2015 - 2014	WJ/MJ U12 (11/10)		
2013 - 2012	WJ/MJ U14 (13/12)		
2011 - 2010	WJ/MJ U16 (15/14)	WJ/MJ U16 (15/14)	
2009 - 2008	WJ/MJ U18 (17/16)	WJ/MJ U18 (17/16)	WJ/MJ U18
2007 - 2006	WJ/MJ U20 (19/18)	WJ/MJ U20 (19/18)	WJ/MJ U20
2005 - 1996	WHK/MHK	WHK/MHK	WHK/MHK
1995 - 1991	W/M 30	W/M 30	W/M 30
1990 - 1986	W/M 35	W/M 35	W/M 35
1985 - 1981	W/M 40	W/M 40	W/M 40
1980 - 1976	W/M 45	W/M 45	W/M 45
1975 - 1971	W/M 50	W/M 50	W/M 50
1970 - 1966	W/M 55	W/M 55	W/M 55
1965 - 1961	W/M 60	W/M 60	W/M 60
1960 - 1956	W/M 65	W/M 65	W/M 65
1955 - 1951	W/M 70	W/M 70	W/M 70
1950 - 1946	W/M 75	W/M 75	W/M 75
1945 und älter	W/M 80	W/M 80	W/M 80

Start der Walker (5km und 10km) um 15:45 Uhr, mit den Läufern 19km.

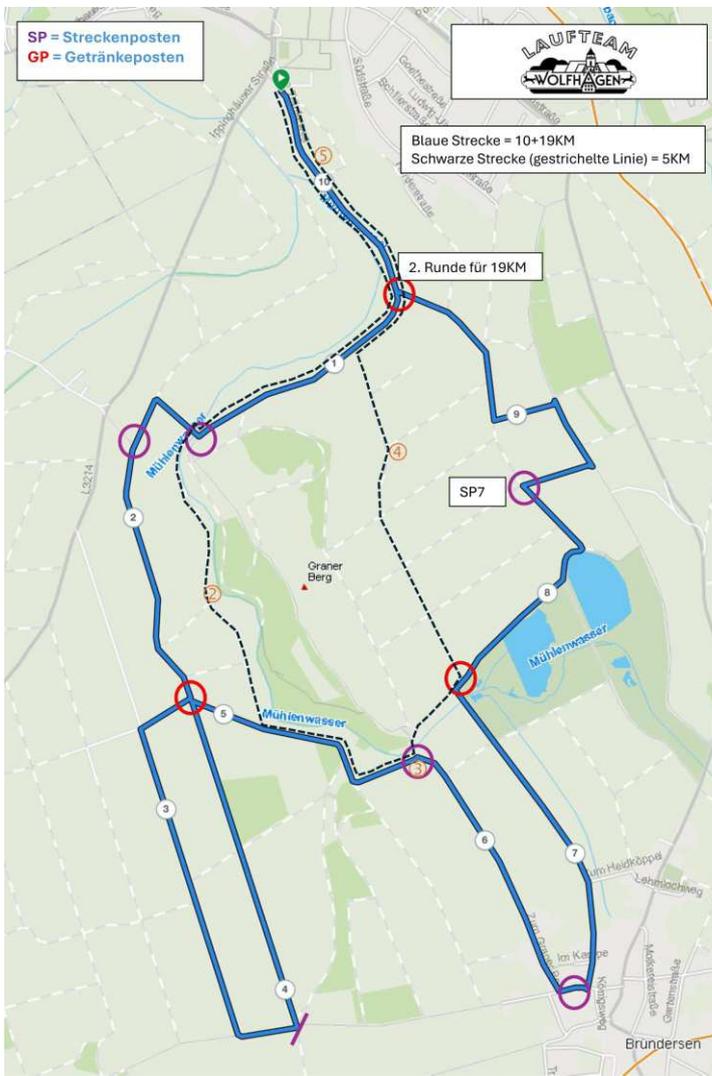
Bambinilauf über 0,5km ab 14.00 Uhr für Mädchen und Jungen bis 7 Jahren (Jahrgang 2018 und jünger). Getrennter Start für Mädchen und Jungen.

Lauf über 1 km ab 14.20 Uhr für Schüler(innen) der Jahrgänge 2010 - 2017
Es erfolgt eine DLV-Jahrgangswertung.

Startzeiten 1 km

Lauf 1	Weibliche Kinder	U10 (2016 - 2017)	14:20 Uhr
Lauf 2	Männliche Kinder	U10 (2016 - 2017)	14:30 Uhr
Lauf 3	Weibliche Kinder	U12 (2014 - 2015)	14:40 Uhr
Lauf 4	Männliche Kinder	U12 (2014 - 2015)	14:50 Uhr
Lauf 5	Weibliche Jugend	U14 (2012 - 2013)	15:00 Uhr
		U16 (2010 - 2011)	15:00 Uhr
Lauf 6	Männliche Jugend	U14 (2012 - 2013)	15:10 Uhr
		U16 (2010 - 2011)	15:10 Uhr

Startnummernausgabe in der Pausenhalle der Walter-Lübcke-Schule



Neue Streckenführung 10Km und 19Km

Unsere 10 und 19km Strecke hat sich etwas verändert. Für die 19km geht es bei ca. 9,4km in die zweite Runde.

Die Streckenführung spart uns etwas Personal und wird dem Titel unseres Volkslaufs „Rund um den Graner Berg“ gerecht.

Wir hoffen, dass ihr euch schnell an die neue Strecke gewöhnt.

Viel Spaß und einen guten Lauf!

**Fitness-Studio
in Wolfhagen**

*Das Lupus-Sport Team drückt allen
NHC-Läufern und Walkern die Daumen*



**SPORT
LUPUS**
WIR BEWEGEN WAS.

*Und denkt daran: Ausgleichstraining und
Entspannung ist für jede Sportart wichtig
und bringt Abwechslung!*

*www.lupus-sport.de
Tel.: 05692 / 996682*



Grundschulmeisterschaft der Klassen 2 - 4 über 1 Km



Extra Schulwertung für Euch!

Das Laufteam Wolfhagen lädt alle Schüler*innen ab **Jahrgang 2018** der **2.- 4. Klassen** der **Grundschule Wolfhagen** zum **1 km Lauf** beim Volkslauf am 10.05.2025 ab 14.20 Uhr ein.

Eine Anmeldung zum Lauf erhältst du bei Frau Böhm oder bei deiner Sportlehrerin / deinem Sportlehrer.

Start ist an der alten Sporthalle der Walter-Lübcke-Schule. Die Startnummernausgabe findet in/vor der Pausenhalle der Walter-Lübcke-Schule statt. Bitte kommt frühzeitig!

Hinweis für die Schüler*innen der 1. Klasse:

Die Schüler*innen der 1. Klasse dürfen natürlich auch am Lauf über 500m oder 1 km (altersabhängig) teilnehmen. Bitte meldet euch direkt über die Online-Anmeldung an (www.laufteam-woh.de)

Jeder von Euch bekommt eine Medaille. Die Urkunden werden später in den Klassen ausgegeben.

Fans sind herzlich willkommen! Wir freuen uns auf Euch!