

Erbe Elektromedizin GmbH
Waldhornstraße 17
72072 Tübingen
Deutschland
Tel +49 7071 755-0
Fax +49 7071 755-179
info@erbe-med.com
erbe-med.com

Erbe Elektromedizin GmbH
Waldhornstraße 17
72072 Tübingen
Deutschland



Sozialpartner:



Business Team Partner:



Offizielle Getränkepartner:



Offizieller Ausrüster:



Business Premium Partner:



Namenssponsor:



Ausrüster:



Veranstalter:

26. Tübinger

erbe lauf



15.09.2019

WWW.TUEBINGER-ERBE-LAUF.DE

VORBEREITUNGSTRAINING ZUM 26. TÜBINGER ERBE-LAUF

POWERED BY AOK

Zur Vorbereitung auf den Tübinger Erbe-Lauf bieten wir in Kooperation mit der AOK auch in diesem Jahr wieder betreute Laufgruppen an. Teilnehmen können sowohl Anfänger als auch fortgeschrittene Läufer. Dem jeweiligen Leistungsstand entsprechend bilden wir mehrere Trainingsgruppen. Unter fachkundiger Betreuung von Trainern und Athleten der LAV Stadtwerke Tübingen werden die Teilnehmer an die 10-km-Strecke herangeführt und bestens auf den Lauf vorbereitet.

Die AOK bietet Ihnen als wertvolle Ergänzung zum Trainingsprogramm kostenfreie Spirometrie-Stoffwechselanalysetermine an. Die Messungen finden im AOK-Gesundheitszentrum, Hegelstr. 5/1, 72072 Tübingen statt (bitte anmelden). Darüber hinaus bietet die AOK zum Auftakttermin am 23.07. ab 18 Uhr kostenfreie Körperfettmessungen an.

Zum kostenfreien Lauftraining ist keine Anmeldung erforderlich!

**WIR WÜNSCHEN IHNEN VIEL FREUDE UND ERFOLG
BEI IHREM TRAINING!**

IHR ORGANISATIONSTEAM

TRAININGSTERMINE (OHNE ANMELDUNG!)

Vom 23.07. bis 10.09.2019

jeden Dienstag ab 19.00 Uhr
Treffpunkt: Universitätssporthalle
Alberstraße 27, Finnbahn

jeden Donnerstag ab 19.00 Uhr
Treffpunkt: Fitnessstation Sand,
Falkenweg Ecke Sandweg

KÖRPERFETTMESSUNGEN

Dienstag, 23.07., 18.00-19.00 Uhr
Treffpunkt: Stand der AOK, Universi-
tätssporthalle Alberstraße 27, Foyer

ANMELDUNG ZUR SPIROMETRIE- STOFFWECHSELANALYSE

AOK Gesundheitszentrum Tübingen
monika.schoell@bw.aok.de
Telefon 07071 79529-15

WIR LAUFEN MIT

POWERED BY ERBE ELEKTROMEDIZIN GMBH

Der Tübinger Erbe-Lauf jährt sich dieses Jahr zum 26. Mal. Ein Anlass mehr, über das Thema Gesundheit nachzudenken und vor allem ein Grund, mitzumachen. Laufen tut nicht nur gut, es verbindet auch. Als Haupt- und Namenssponsor fördern wir den Erbe-Lauf seit Jahren und engagieren uns zudem für verschiedene soziale und kulturelle Projekte in der Universitätsstadt Tübingen.

Denn es sind Menschen, die unsere Stadt in Bewegung setzen und voranbringen. Genau diese Menschen und ihr Wohlbefinden, die auch bei uns als Hersteller und Dienstleister für modernste Medizintechnik im Mittelpunkt unserer Arbeit stehen. Ihnen wünschen wir viel Erfolg beim 26. Tübinger Erbe-Lauf.

**SEIEN SIE DABEI. WIR SIND ES AUF JEDEN FALL.
IHRE ERBE ELEKTROMEDIZIN GMBH**

erbe
power your performance.

START / ZIEL FÜR ALLE LÄUFE:
Mensa, Wilhelmstraße/Neue Aula, Geschwister-Scholl-Platz

VR BANK SCHÜLERLAUF „GEMEINSAM GEWINNT“

09.15 Uhr	Gemeinsames Aufwärmprogramm am Start		
09.30 Uhr	Start Mädchen U10	2010-2013	700 m
09.40 Uhr	Start Jungen U10	2010-2013	700 m
09.50 Uhr	Start Mädchen und Jungen U12	2008/2009	1.500 m
10.55 Uhr	Start Mädchen und Jungen U14 und U16	2004-2007	3.300 m

Änderungen vorbehalten!

4. BG HANDBIKE CHALLENGE „BRING WAS INS ROLLEN!“

Start für alle Klassen:	10.00 Uhr	letzte Runde: 10.35 Uhr
Klassifizierungen:	Para-/Tetraplegiker, Renn-/Adaptivbike, Männer/Frauen Der Veranstalter behält sich vor, bei zu geringer Teilnehmerzahl, die Handicap-Klassen zusammenzulegen.	
Zulassungskriterien:	Zum Rennen sind nur Handbikes OHNE elektrischen Zuschaltmotor zugelassen. Einzige Ausnahme: Tetraplegiker können in einem sogenannten "Fun-Run" mit elektrischem Zuschaltmotor und ohne Wertung außer Konkurrenz an den Start gehen. Das Mindestalter beträgt 18 Jahre. Bei Nachweis entsprechender Rennerfahrung können nach vorheriger Rücksprache mit dem Veranstalter auch Personen ab 16 Jahren teilnehmen.	

JEDER KANN-RUN

Start:	10.55 Uhr
Streckenlänge:	3,3 km (1 Runde)
	Frauen/Männer Jahrgang 2007 und älter

10 KM STAFFEL

Start:	11.25 Uhr
Streckenlänge:	10 km (pro Person eine Runde von 3,3 km)
	Frauen/Männer Jahrgang 2007 und älter

1. START ERBE-LAUF

Start:	11.25 Uhr
Streckenlänge:	10 km (3 Runden)
Richtzeit:	ab 50 Minuten*
	Frauen/Männer Jahrgang 2005 und älter



2. START ERBE-LAUF

Start:	12.30 Uhr
Streckenlänge:	10 km (3 Runden)
Richtzeit:	unter 50 Minuten*
	Frauen/Männer Jahrgang 2005 und älter



* Aus organisatorischen Gründen behält sich der Veranstalter vor, die Richtzeit von 50 Minuten je nach Anzahl der Anmeldung in den beiden Läufen anzupassen.

INFORMATION

ANMELDUNG

Als Einzel- oder Sammelmeldung online unter www.tuebinger-erbe-lauf.de

STARTGEBÜHR

Erbe-Lauf: 24,- €
Jeder kann-Run: 18,- €
10 km Staffel: 54,- €

Schüler und Studenten erhalten bei entsprechendem Nachweis einen Rabatt.

VR Bank Schülerlauf und BG Handbike Challenge: kostenfrei.

TEAMWERTUNG

Im Hauptlauf über 10 km werden vier Teamwertungen angeboten: Die Firmen-, Uni/UKT-, Vereins- und Studierendenwertung.

Ein Team besteht aus vier Personen. Dabei muss mindestens ein Teammitglied weiblich sein. Sogenannte „Gastläufer“ sind nicht zugelassen.

MELDESCHLUSS UND NACHMELDUNGEN

Meldeschluss aller Wettbewerbe ist der 01.09.2019.

Nachmeldungen für alle Wettbewerbe sind am 14.09.2019 von 10.00–18.00 Uhr mit 5 € Zusatzgebühr im Clubhaus in der Wilhelmstraße möglich.

AUSGABE DER STARTUNTERLAGEN UND T-SHIRTS

Clubhaus, Wilhelmstraße 30
Samstag, 14.09.2019, 10.00 - 18.00 Uhr
Sonntag, 15.09.2019, ab 8.00 Uhr

UMKLEIDE- UND DUSCHMÖGLICHKEITEN

Universitätssporthalle, Alberstraße 27
(ca. 1000 m zum Start)

SHUTTLESERVICE

Mey Generalbau Shuttleservice von 10.00–15.00 Uhr regelmäßig von der Universitätssporthalle zum Start und wieder zurück

ANREISE

Auf Grund der Veranstaltung kann es zu Verkehrsbehinderungen kommen. Bitte nutzen Sie die öffentlichen Verkehrsmittel.

UMBRISCH-PROVENZALISCHER MARKT

11. – 15.09.2019
mit verkaufsoffenem Sonntag

Veranstalter: Universität Tübingen,
Institut für Sportwissenschaft

Ausrichter: LAV Stadtwerke Tübingen

Gesamtleitung Organisation:
Judith Wais
Universität Tübingen,
Institut für Sportwissenschaft
erbe-lauf@uni-tuebingen.de

Bildnachweis: Shutterstock.com,
Thomas Dinges (unteres Bild)



Alle Siegerehrungen finden vor der Neuen Aula, Geschwister-Scholl-Platz statt.
Ergebnislisten und Urkunden zum Herunterladen

www.tuebinger-erbe-lauf.de