



FAQs – Frequently Asked Questions

Wir haben für Euch auf den nachfolgenden Seiten häufig gestellte Fragen und alle Antworten zum Bonner Nikolauslauf zusammengestellt. Solltet Ihr weitere Fragen haben, erreicht Ihr uns immer per Email unter info@bonn-laeuft.de.

Euer Team von Bonn läuft! e.V.

ALLE INFOS ZUM LAUF

Wann findet der nächste Bonner Nikolauslauf statt?

Der Bonner Nikolauslauf 2020 findet am Sonntag, 13. Dezember 2020 statt.

Wie kann ich mich anmelden?

Einen Link zur Online-Anmeldung findest Du auf der Website des Laufs unter www.bonner-nikolauslauf.de. Alle Detailinfos zur Anmeldung findest Du auch im Kapitel „Alles rund um die Anmeldung“ weiter unten in den FAQs.

Wo befinden sich Start und Ziel?

Start und Ziel befinden sich am Parkrestaurant Rheinaue, Ludwig-Erhard-Allee 20, 53175 Bonn

Gibt es mehrere Rennen?

Wir bieten drei Rennen an. Einen SpeedRun über 10 km (3 Runden), einen FunRun über 3,366 km (1 Runde), 6,683 km (2 Runden) oder 10 km (3 Runden) sowie einen Nikoläuschenlauf für Grundschulkindern über 980 m.

Was ist der Unterschied zwischen den Rennen?

Der SpeedRun richtet sich an ambitionierte Läufer/innen. Zielschluss ist nach 60 min. Der SpeedRun geht verpflichtend über die volle Distanz, also 3 Runden = 10 km.

Der FunRun ist für Jedermann/frau. Zielschluss ist hier nach 90 min. Man kann nach jeder absolvierten Runde entscheiden, ob man ins Zielabbiegt oder noch eine Runde dranhängt.

Der Nikoläuschenlauf richtet sich an Grundschul Kinder der Jahrgänge 2011 bis 2014 und geht über eine Streckenlänge von 980 m auf einer verkürzten Runde. Zielschluss ist nach 15 min.

Wann starten die Rennen?

Der Start für den SpeedRun ist um 13:00 Uhr. Der Start für den FunRun ist um 15:00 Uhr.

Zwischen den beiden Rennen startet um 14:30 Uhr der Nikoläuschenlauf.

Wann ist Zielschluss?

Der Zielschluss für den SpeedRun ist um 14:00 Uhr. Der Zielschluss für den FunRun ist um 16:30 Uhr.

Das Ziel beim Nikoläuschenlauf schließt um 14:45 Uhr.

Wie erfolgt die Zeitmessung?

Die Zeitmessung erfolgt per Zeitmesschip auf der Startnummer. Die Startnummer muss auf der Brust getragen werden. Bitte den Transponder nicht beschädigen.

Was ist der Unterschied zwischen Brutto- und Nettozeit?

Bei der Zeitmessung wird zwischen zwei verschiedenen Zeiten unterschieden. Die Bruttozeit ist die Zeit vom Startschuss bis zur Überquerung der Ziellinie. Die Nettozeit ist die Zeit zwischen der individuellen Überquerung der Startlinie und der Überquerung der Ziellinie. Bei Läufen mit größerem Starterfeld kann es in den hinteren Reihen zu teils deutlichen Unterschieden kommen, da es ein paar Minuten dauern kann, bis der/die letzte Läufer/in die Startlinie überquert. Bitte ordne dich entsprechend deiner Leistung ein. Achtung! Die Platzierung in den Ergebnislisten und die Siegerehrungen erfolgen entsprechend der Richtlinien der Leichtathletikverbände nach Zieleinlauf, also Bruttozeit. Selbstverständlich bekommst du bei uns auch deine Nettozeit in den Ergebnislisten und auf deiner Urkunde!

Gibt es eine Siegerehrung?

Eine Siegerehrung findet nur im SpeedRun statt. Dort gibt Sachpreise für die Plätze 1-3 bei Damen und Herren statt. Eine Altersklassenwertung erfolgt auf der Online-Ergebnisliste / Online-Urkunde.

Im FunRun findet keine Siegerehrung statt. Der Spaß am Laufen soll im Vordergrund stehen. Eine Altersklassenwertung erfolgt auch hier auf der Online-Ergebnisliste / Online-Urkunde.

Im Nikoläuschenlauf findet ebenfalls keine Siegerehrung statt. Der Spaß am Laufen soll auch hier im Vordergrund stehen. Eine Altersklassenwertung erfolgt auch hier auf der Online-Ergebnisliste / Online-Urkunde. Alle Kinder erhalten im Ziel eine Medaille und eine süße Überraschung.

Wo geht die Laufstrecke entlang?

Die Strecke ist ein 3,3 km langer Rundkurs durch die Bonner Rheinaue. Die einzelnen Kilometer sind ausgeschildert. Die Strecke ist DLV-vermessen. Aus Sicherheitsgründen ist die Mitnahme von Babyjoggern und Hunden sowie das Tragen von Kopfhörer nicht gestattet. Die Strecke im Nikoläuschenlauf ist eine verkürzte Runde mit einer Länge von 980 m.

Was bedeutet DLV-vermessene Laufstrecke?

Die Strecke ist durch einen offiziellen Streckenvermesser des Deutschen Leichtathletik Verbands vermessen und damit bestenlistenfähig.

Wo finde ich einen Streckenplan?

Die Streckenpläne findest Du auf der Website des Laufs unter www.bonner-nikolauslauf.de in der Rubrik „Downloads“.

Gibt es ein generelles sportliches Regelwerk?

Der Bonner Nikolauslauf wird nach den Richtlinien des Deutschen Leichtathletik-Verbandes (DLV) ausgerichtet. Die Bestimmungen gelten für Läufer mit und ohne DLV-Startrecht. Regelverstöße können zur Disqualifikation führen. Dazu zählen insbesondere:

- Start mit mehreren Startnummern/Transpondern oder deren Weitergabe.
- Jegliche Veränderung der Startnummer.
- Die Startnummer ist deutlich sichtbar auf der Brust zu tragen.
- Mitführen bzw. Nutzen von technischen Hilfsmitteln, insbesondere Smartphones mit Kopfhörern etc.
- Mitführen eines Babyjoggers o.ä. und/oder Tieren.
- Verlassen oder Abkürzen der offiziellen Wettkampfstrecke.
- Begleiten auf Fortbewegungsmitteln wie Fahrrädern, Inlinern etc.
- Verstöße gegen die sportlichen Regeln des DLV und des Internationalen Leichtathletik Verbandes (IAAF).

Wie erhalte ich meine Startnummer?

Wir empfehlen, die Startnummern bereits vor dem Lauf abzuholen, damit Du Dich am Lauftag ganz auf deinen Start konzentrieren könnt.

Möglichkeit 1 // Vortermine

Du hast beim Bonner Nikolauslauf an zwei Tagen vor dem Lauf die Gelegenheit die Startnummern bequem an unserem Stand im Laufladen Bonn (Bonngasse 13a, 53111 Bonn) in der Bonner Innenstadt abzuholen.

- Freitag, 11. Dezember 2020 // 15:00 bis 19:00 Uhr
- Samstag, 12. Dezember 2020 // 10:00 bis 18:00 Uhr

Wir empfehlen, von dieser Möglichkeit Gebrauch zu machen!
Erspare Dir den Stress am Lauftag und gehe entspannt an den Start.

Möglichkeit 2 // Am Lauftag

Ihr könnt die Startnummern auch am Lauftag 13. Dezember 2020 // ab 12 Uhr und bis 15 min vor dem jeweiligen Start an unserem Stand direkt im Start-Ziel-Bereich abholen.

Wie erhalte ich mein Teilnehmershirt?

Die Ausgabe der Laufshirts erfolgt beim Bonner Nikolauslauf gegen Vorlage der Startnummer ausschließlich am Lauftag ab 12:00 Uhr an unserem Laufshirt-Stand neben der Startunterlagenausgabe. Nicht abgeholte Laufshirts werden gespendet!

Wie erhalte ich meine Zeit und eine Urkunde?

Die Ergebnisse werden online veröffentlicht und sind nach dem Lauf über einen Link auf der Startseite der Website unter www.bonner-nikolauslauf.de erreichbar. Jeder Teilnehmer kann sich seine Urkunde online durch einen Klick auf seinen Namen in der Ergebnisliste aufrufen und dann ausdrucken. Alternativ kannst Du auch mit deinem Smartphone den QR-Code auf der Startnummer scannen und schon hast Du deine Urkunde auf dem Handy.

Gibt es Fotos vom Lauf?

Foto Team Müller wird alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer beim Zieleinlauf fotografisch einfangen.

Gibt es eine Strecken- und Zielverpflegung?

Es wird eine Zielverpflegung und zusätzlich auf der Strecke ca. 200m nach dem Rundendurchlauf eine Erfrischungsmöglichkeit ab der dritten Laufrunde geben. Im Zielbereich werden wir Krombacher 0,0%, Wasser und warmen Zitronentee sowie Äpfel und Bananen (solange der Vorrat reicht) anbieten.

Wo kann ich mich umziehen? Wo finde ich die Toiletten?

Toiletten stehen in ausreichender Zahl im Außenbereich des Biergartens am Parkrestaurant Rheinaue zur Verfügung. Leider können wir in der Bonner Rheinaue keine Infrastruktur – wie z.B. Schulturnhallen – nutzen, um Duschen oder Umkleidemöglichkeiten anzubieten.

Gibt es eine Taschenablage?

Wir werden für die Ablage von Taschen einen offenen Pavillon anbieten. Die Ablage dort geschieht ohne Gewähr und auf eigene Verantwortung.

Wie komme ich am besten zu Start und Ziel und wo kann ich ggf. parken?

Mit dem ÖPNV

Wir raten Euch zur Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Mit den Straßenbahnlinien 66 und 68 könnt Ihr bis zur Haltestelle „Rheinaue“ fahren. Von dort erreicht Ihr Start und Ziel bequem zu Fuß in kürzester Zeit. Alternativ könnt ihr den Bus nehmen. Die Linien 610 und 611 halten unterhalb von Start und Ziel an der Haltestelle „Parkrestaurant Rheinaue“.

Mit dem PKW

Solltet Ihr mit dem PKW kommen, stehen Euch am Parkplatz Rheinaue (Ludwig-Ehrhard-Allee) Parkplätze in begrenztem Umfang zur Verfügung. Von dort erreicht Ihr Start und Ziel ebenfalls zu Fuß in ca. 5 Minuten.

Was hat es mit dem Charity-Projekt auf sich?

Die Teilnehmer des Bonner Nikolauslaufs unterstützen den Bunten Kreis Rheinland. Pro Läufer/-in spendet Bonn läuft! e.V. zwei Euro der Teilnahmegebühr.

Wenn ein Unfall passiert, ein Kind wesentlich zu früh oder behindert zur Welt kommt, eine chronische oder schwere Krankheit diagnostiziert wird, ändert sich das Leben der betroffenen Familien schlagartig. Nicht nur die Patienten, auch die Eltern und Geschwister sind oft erheblichen seelischen, sozialen und finanziellen Belastungen ausgesetzt.

Der Bunte Kreis Rheinland wird in genau solchen Situationen tätig: Ein professionelles Team aus Sozialpädagogen und Kinderkrankenschwestern übernimmt die wichtige Begleitung und Beratung dieser Familien. Neben der sogenannten „sozialmedizinischen Nachsorge“ mit der Beratungsstelle „BOOFFE“ bietet der Bunte Kreis zahlreiche Projekte zur Hilfe an

ALLES RUND UM DIE ANMELDUNG

Wann beginnt die Anmeldung?

Die Anmeldung für den Bonner Nikolauslauf 2020 beginnt am 1. September 2020.

Wie melde ich mich an?

Eine Einzelanmeldung ist ausschließlich online möglich. Du kannst in einem Anmeldevorgang aber auch mehrere Personen anmelden. Einen Link zur Online-Anmeldung bei unserem Zeitmesspartner Cologne Timing findest Du auf der Website des Laufs unter www.bonner-nikolauslauf.de.

Welche Anmeldevarianten gibt es?

Wir bieten zwei Anmeldevarianten an. „Bonner Nikolauslauf Classic“ und „Bonner Nikolauslauf Plus“. „Classic“ beinhaltet nur die Teilnahmegebühr für den Lauf. „Plus“ beinhaltet die Teilnahmegebühr inkl. eines Läufershirts.

Wie hoch sind die Teilnahmegebühren?

Die Teilnahme in der Variante „Classic“ kostet 16,- Euro. Die Teilnahme in der Variante „Plus“ (inkl. Laufshirt) kosten 34,- Euro. Die Teilnahme am Nikoläuschenlauf kostet 6,- Euro.

Wie bezahle ich die Teilnahmegebühr?

Die Teilnahmegebühr wird innerhalb von 14 Tagen per Lastschrift von deinem Konto eingezogen, dass Du in der Anmeldung angegeben hast.

Wann ist der Anmeldeschluss?

Der allgemeine Online-Anmeldeschluss für den Bonner Nikolauslauf 2020 ist am Mittwoch, 9. Dezember 2020. Der Online-Anmeldeschluss für die Variante „Bonner Nikolauslauf Plus“ kann bereits einige Tage früher erfolgen. Beachte hierzu die Hinweise auf der Website des Laufs unter www.bonner-nikolauslauf.de.

Wer darf teilnehmen?

Gemäß den Vorgaben des Deutschen Leichtathletik Verbands ergeben sich im Bereich der jüngeren Jahrgänge Einschränkungen bei der Teilnahmeberechtigung im Hinblick auf die maximal erlaubte Streckenlänge.

FunRun

- Streckenlänge // 3,366 km // 1 Runde // Startberechtigt sind die Jahrgänge 2010 und älter
- Streckenlänge // 6,683 km // 2 Runden // Startberechtigt sind die Jahrgänge 2008 und älter
- Streckenlänge // 10 km // 3 Runden // Startberechtigt sind die Jahrgänge 2006 und älter

SpeedRun

- Streckenlänge // 10 km // 3 Runden // Startberechtigt sind die Jahrgänge 2006 und älter

Nikoläuschenlauf

- Streckenlänge // 0,98 km // Startberechtigt sind alle Kinder der Jahrgänge 2011 bis 2014

Grundsätzlich sind alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer nur teilnahmeberechtigt, wenn sie sich offiziell angemeldet haben und im Besitz einer offiziellen Startnummer sind. Die Teilnahme sollte in angemessener Laufbekleidung erfolgen. Weiterführende Informationen findet Ihr auch in unseren Teilnahmebedingungen als Downloadmöglichkeit am Ende der Seite.

Kann man auch ein komplettes Team / eine Gruppe auf einmal anmelden?

Es gibt zwei Möglichkeiten eine Gruppe anzumelden. Im Rahmen der Online-Anmeldung gibt es die Möglichkeit mehr als eine/n Teilnehmer/in anzumelden. Wenn ihr als Team in die Teamwertung wollt (siehe unter „Gibt es eine Teamwertung?“) solltet ihr unbedingt einen gleichlautenden Teamnamen angeben. So können sich auch später noch Läufer/innen eurem Team anschließen.

Für Teams mit mehr als 5 Teilnehmer/-innen bieten wir zusätzlich die Möglichkeit einer Offline-Anmeldung an. Ihr könnt alle Teammitglieder bequem offline in unserer Excel-Vorlage erfassen. Nach Zusendung der ausgefüllten Datei erhaltet Ihr von uns eine Rechnung über die Teilnahmegebühren. In diesem Fall benötigen wir die Teilnehmerdaten bereits bis zum 30.11.2020 zurück. Wenn Ihr diese Option nutzen wollt, meldet Euch bitte per Email unter info@bonn-laeuft.de bei uns.

Gibt es eine Teamwertung?

Der Saunapark Siebengebirge stellt Preise für die drei teilnehmerstärksten Teams beim Bonner Nikolauslauf (übergreifend über alle drei Rennen) zur Verfügung. Stichtag = Ende der Online-Anmeldung.

- Größtes Team // bis zu 30 Saunagutscheine
- Zweitgrößtes Team // bis zu 20 Saunagutscheine
- Drittgrößtes Team // bis zu 10 Saunagutscheine

Wenn Ihr Euch als Team anmelden wollt und vielleicht sogar in der Wertung für das "Teilnehmerstärkste Team" an den Start gehen wollt, könnt Ihr Euch individuell online anmelden. Ihr müsst aber darauf achten, dass alle Teammitglieder einen gleichlautenden Teamnamen angeben. Auf diese Art und Weise können sich auch später noch Teilnehmer/-innen eurem Team anschließen.

Wie kann ich mich nach dem offiziellen Anmeldeschluss noch anmelden?

Solltest Du den offiziellen Online-Anmeldeschluss am 09.12.2020 verpasst haben, gibt es noch die Möglichkeit sich im Rahmen der Startnummernausgabe vor Ort noch nachzumelden. Zusätzliche Nachmeldegebühr = 4,- Euro. Die Termine findest Du unter „Alle Infos zum Lauf“ → „Wie erhalte ich meine Startnummer?“

Kann ich mich nachträglich noch abmelden oder kann ich meine Anmeldung auf eine/n andere/n Teilnehmer/in ummelden?

Bei Nichtantreten oder vorheriger Absage erfolgt keine Erstattung der Startgebühr. Der Startplatz kann gegen eine Ummeldegebühr von 4,- Euro im Rahmen der Startnummernausgabe auf eine andere Person übertragen werden. Wenn Du diese Möglichkeit nutzen möchtest, erscheine bitte persönlich mit der empfangenden Person oder gib der empfangenden Person einen Ausdruck deiner Anmeldebestätigung mit.

Wo kann ich die Starterliste einsehen?

Nach dem Online-Anmeldeschluss veröffentlichen wir auf der Startseite der Website des Laufs unter www.bonner-nikolauslauf.de einen Link zur Teilnehmerliste.

Wo finde ich die Teilnahmebedingungen?

Die Teilnahmebedingungen findest Du als Download auf der Website des Laufs unter www.bonner-nikolauslauf.de am Ende der Rubrik „Anmeldung“.