



## 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](mailto:info@bonn-laeuft.de).

Euer Team von Bonn läuft! e.V.

---

### **CORONA-HINWEIS**

Eine Teilnahme am Bonner Nikolauslauf ist nur möglich, wenn der/die Teilnehmer/in zum Zeitpunkt der Veranstaltung die Erfordernisse der aktuellen rechtlichen Bestimmungen zur Pandemiebekämpfung erfüllt. Bei fehlenden Nachweisen besteht kein Anspruch auf eine Teilnahme an der Veranstaltung oder auf eine Erstattung der Teilnahmegebühr.

### **ALLE INFOS ZUM LAUF**

#### **Wann findet der nächste Bonner Nikolauslauf statt?**

Der Bonner Nikolauslauf 2022 findet am Sonntag, 11. Dezember 2022 statt.

#### **Wie kann ich mich anmelden?**

Einen Link zur Online-Anmeldung findest Du auf der Website des Laufs unter [www.bonner-nikolauslauf.de](http://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 in der Freizeitpark Rheinaue, Ludwig-Erhard-Allee, 53175 Bonn

#### **Gibt es mehrere Rennen?**

Wir bieten in diesem Jahr wieder 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 ca. 950 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 Ziel abbiegt oder noch eine Runde dranhängt.

Der Nikoläuschenlauf ist für Grundschul Kinder der Jahrgänge 2012 bis 2016 und geht über eine verkürzte Runde von ca. 950m Länge.

### **Wann starten die Rennen?**

SpeedRun >> 13:00 Uhr

Nikoläuschenlauf >> 14:30 Uhr

FunRun >> 15:00 Uhr.

### **Wann ist Zielschluss?**

SpeedRun >> 14:00 Uhr

Nikoläuschenlauf >> 14:45 Uhr

FunRun >> 16:00 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 Nikoläuschenlauf und im FunRun finden keine Siegerehrungen statt. Der Spaß am Laufen soll im Vordergrund stehen. Eine Altersklassenwertung erfolgt auch hier auf der Online-Ergebnisliste / Online-Urkunde.

Neu! Alle Läufer/innen erhalten in diesem Jahr eine Finisher-Medaille im Ziel.

### **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 Kopfhörern nicht gestattet. Die Strecke für den Nikolauslauf ist eine verkürzte Runde von ca. 950m Länge.

### **Was bedeutet DLV-vermessene Laufstrecke?**

Die Strecke im SpeedRun und FunRun 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](http://www.bonner-nikolauslauf.de) in der Rubrik „Download“.

### **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 vor dem Lauf die Gelegenheit die Startnummern bequem an unserem Stand im Laufladen Bonn (Bonngasse 13a, 53111 Bonn) in der Bonner Innenstadt abzuholen.

- Samstag, 10. Dezember 2022 // 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 12. Dezember 2021 // 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](http://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 eine Strecken- und Zielverpflegung?**

Es wird eine Zielverpflegung und zusätzlich auf der Strecke ca. 100m nach dem Rundendurchlauf eine Erfrischungsmöglichkeit ab der dritten Laufrunde geben. Im Zielbereich werden wir Krombacher 0,0% und Wasser sowie ggf. Äpfel und Bananen (solange der Vorrat reicht und nur unter Anwendung möglicher Hygiene-Vorschriften) anbieten.

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

Toiletten stehen in ausreichender Zahl als mobile Toiletten 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, sofern dem keine Hygienevorschriften entgegenstehen. 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 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. 2,- Euro der Teilnahmegebühr.

## **ALLES RUND UM DIE ANMELDUNG**

### **Wann beginnt die Anmeldung?**

Die Anmeldung für den Bonner Nikolauslauf 2022 beginnt am 15. August 2022.

### **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](http://www.bonner-nikolauslauf.de).

### **Wie hoch sind die Teilnahmegebühren?**

Die Teilnahmegebühr in SpeedRun und FunRun beträgt 20,- Euro. Die Teilnahmegebühr im Nikoläuschenlauf liegt bei 6,- Euro.

### **Wie komme ich an das Laufshirt?**

Das Langarm-Laufshirt kann im Anmeldevorgang zum Preis von 19,- Euro mitbestellt werden.

### **Wie bezahle ich die Teilnahmegebühr?**

Die Teilnahmegebühr wird innerhalb von 14 Tagen per Lastschrift von deinem angegebenen Konto eingezogen.

### **Wann ist der Anmeldeschluss?**

Der allgemeine Online-Anmeldeschluss für den Bonner Nikolauslauf 2022 ist am Sonntag, 04.12.2022 um 24 Uhr. Beachte hierzu auch die Hinweise auf der Website des Laufs unter [www.bonner-nikolauslauf.de](http://www.bonner-nikolauslauf.de).

### **Wer darf teilnehmen?**

Gemäß der Vorgaben des Deutschen Leichtathletik Verbands ergeben sich im Bereich der jüngeren Jahrgänge Einschränkungen bei der Teilnahmeberechtigung im Hinblick auf die maximal erlaubte Streckenlänge. Durch die Anwendung der 2G-Regel ergeben sich folgende Einschränkungen.

FunRun >> Startberechtigt sind die Jahrgänge 2011 und älter

SpeedRun >> Startberechtigt sind die Jahrgänge 2008 und älter

Nikoläuschenlauf >> Startberechtigt sind die Jahrgänge 2012 bis 2106

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 01.12.2022 um 20 Uhr (!) zurück.** Wenn Ihr diese Option nutzen wollt, meldet Euch bitte per Email unter [info@bonn-laeuft.de](mailto: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.

### **Kann ich mich nach dem offiziellen Anmeldeschluss noch anmelden?**

Solltet Ihr den offiziellen Anmeldeschluss am 04.12.2022 / 24 Uhr verpasst haben, könnt Ihr Euch (zzgl. einer zusätzlichen Nachmeldegebühr von 5,- Euro) auf folgenden Wegen noch nachmelden:

#### *Online*

- In der Zeit von **Montag, 05.12.2022 / 9:00 Uhr bis Freitag, 09.12.2022 / 24:00 Uhr** schalten wir die Online-Anmeldung für Nachmeldungen frei.
- In dieser Zeit könnt Ihr Euch mit der erhöhten Teilnahmegebühr anmelden.
- Die Teilnahmegebühr wird dann in der nachfolgenden Woche per Sepa-Lastschrift von eurem Konto eingezogen.
- *Wichtig:*  
Alle Nachmelder erhalten ihre Startnummer im Laufladen Bonn oder am Lauftag **NICHT** an der normalen Startnummernausgabe sondern am Anmeldecounter.

#### *Im Rahmen der Startnummernausgabe im Laufladen Bonn*

- Persönliche Nachmeldung im Rahmen des Vortermins der Startnummernausgabe im Laufladen Bonn.
- **Samstag 10.12.2022 von 10 bis 18 Uhr**
- Ihr könnt eure Startnummer dann direkt mitnehmen. Wichtig: Dort ist nur Barzahlung möglich.

#### *Am Lauftag vor Ort in der Bonner Rheinaue*

- Persönliche Nachmeldung am **Lauftag, 11.12.22 ab 12 Uhr und bis 15 min vor dem jeweiligen Start** an unserem Anmeldecounter.
- Dort erhaltet Ihr Eure Startnummer direkt. Wichtig: Dort ist nur Barzahlung möglich.

**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 5,- 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](http://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](http://www.bonner-nikolauslauf.de) am Ende der Rubrik „Anmeldung“.

**Stand: 01.09.2022**