

#ZeroHungerRun Challenge 2020 09. – 12. Juli



Deutschland läuft – für eine Welt ohne Hunger

Ganz Deutschland sammelt Laufmeter und spendet für Hilfsprojekte
Ihr könnt 30 min oder 60 min rennen, laufen, joggen oder walken

Viele kennen den Coopertest über 12 min oder die klassischen Stundenläufe. Wir wollen euch mit dem #ZeroHungerRun virtuell diesmal keine feste Laufdistanz über 5 km und 10 km anbieten, sondern ihr lauft in genau 30 min oder 60 min so viele Meter, wie ihr könnt und wo ihr wollt. Die Entfernung messt ihr mit eurer GPS-Uhr oder mittels einer Lauf-App auf eurem Handy. Ihr startet an eurem Wohnort, an der nächsten Talsperre, im Stadtpark, um den Häuserblock oder überall da, wo ihr guten Empfang habt!

Ihr habt satte drei Tage Zeit für euren Spendenlauf. Es ist egal, ob ihr mit den Lerchen oder den Eulen unterwegs seid oder einfach in eurer Mittagspause Gas gebt – aber bitte immer mit Abstand und Anstand. Gemessen werden die Laufmeter innerhalb einer halben oder ganzen Stunde. Eure Leistung in Laufmeter tragt ihr über einen persönlichen Zugang, den ihr mit eurer Meldebestätigung bekommt, ein und ladet eure GPS- oder App-Daten hoch. Auch per Mail an support@cologne-timing können Laufdaten übermittelt werden.

Es wird kein Startgeld erhoben. Die Welthungerhilfe freut sich aber über eure Spenden, die zu 100% in Projekte in Asien und Afrika fließen. Wir haben euch zudem drei attraktive Pakete für Mindestspenden von 10,-/20,-/45- Euro geschnürt. Gerade jetzt während der Corona-Pandemie sind eure Spenden wertvoller denn je !

Werde #ZeroHungerRun-Botschafter*in 2020



Ausschreibung #ZeroHungerRun - Challenge 2020

Termin	Die #ZHR- Challenge 2020 Premiere läuft vom 09. – 12. Juli.
Lauf-Zeitfenster	Von Donnerstag, 9. Juli 18.00 Uhr bis Sonntag, 12. Juli 2020, 23.59 Uhr / MEZ könnt ihr laufen und eure Leistung in Laufmeter eingeben und hochladen.
Laufzeiten	Ihr habt die Wahl zwischen 30 min oder 60 min Laufzeit. Die gelaufenen Meter innerhalb von 30 min / 60 min werden eingetragen.
Laufstrecken	Ihr lauft wo ihr wollt! Tipp: wählt einen flachen Rundkurs zwischen 2 und 5 km. Hinweis: Achtet auf ein Gelände mit gutem GPS-/ Handy-Empfang.
Zeitmessung	Ihr lauft mit GPS-Uhr oder messt eure Laufdistanz per Handy mit Lauf-App.
Laufdaten	Die gelaufene Distanz in Laufmeter gibt jeder Teilnehmer manuell selbst ein. Ihr bekommt einen persönlichen Eingabe-Code mit der Bestätigungsmail. Die Leistung wird z.B. als gpx. Datei hochgeladen oder per Mail gesendet an support@cologne-timing.de.
Startnummer	Wir mailen euch eine schicke, personalisierte Start-Nr. als PDF zu (ab 10 Euro), die ihr ausdrucken könnt, aber bei eurem Lauf nicht unbedingt tragen müsst. Für euer Selfie solltet ihr eure Startnummer dann aber parat legen
Benefits	Ihr könnt ohne Startgebühr laufen. Wir haben jedoch 3 Spendenpakete geschnürt: Spende ab 10,- Euro personalisierte Start-Nr. und eine digitale Urkunde Spende ab 20,- Euro personalisierte Wunsch-St-Nr. bis 9999 / digitale Urkunde / #ZeroHunger-Beutel Spende ab 45,- Euro Zusendung des offiziellen #ZHR Challenge 2020-Funktionsshirts on top
Ergebnisse	Es gibt ein finales Ranking nach Laufmeter gesamt – jeweils für 30 min / 60 min. Zusätzlich wird eine Tages-Ergebnisliste Do-Fr-Sa-So mit dem Daily Hero erstellt.
Urkunde	Natürlich könnt ihr euch eure Urkunde ab dem 13.07. über die Liste herunterladen.
Altersklassen	Es gibt eine Extra-Wertung mit dem Alters-Leistungsrechner (Age Graded Calculator). Eure Leistung wird in Punkten mit einem Altersfaktor nach Jahrgang umgerechnet. Es wird spannend sein, welche AK's dann die Nase vorn haben !
Team-Wertungen	3 Läufer*innen (nur Mixed) sind ein Team – bitte auf Namensgleichheit achten. Es werden die Laufmeter von 3 Teilnehmern eines Teams addiert.
Sonderwertung	Das Team mit den meisten Laufmetern in der Gesamtsumme wird extra geehrt.
Teilnehmer Shirt	das aus recyceltem PET-Müll gefertigte Funktions-Shirt kostet 25,- Euro. Wenn ihr das #ZHR Shirt bis zum 7.6. bestellt, kommt es rechtzeitig vor eurem Lauf per Post kostenfrei an. Zieht das Shirt bei eurem Lauf an und macht Fotos Fotos Fotos !
Wall of Fame	die schönsten Fotos werden prämiert. Werdet #ZHR-Botschafter, ladet eure Fotos hoch oder mailt sie uns. Ihr bekommt mit der Start-Nr. eine Botschafter-Tafel als PDF zugesandt. Wir warten auf schöne-schräge-ausgefallene Schnappschüsse.
Anmeldung	online über die Meldemaske unseres Zeitnehmers cologne timing, Köln.
Startgeld	Ein Startgeld wird nicht erhoben. Kleine wie großzügige Spenden sind natürlich für unsere Projekte gegen den Hunger willkommen. Sie sind wichtiger denn !! Ganz wichtig: eure Spende kommt 100%ig an.
Siegerehrung	Natürlich wollen wir die Besten ehren. Das geht leider nicht persönlich. Daher senden wir euch die Auszeichnungen per Post zu.

Wir drücken euch die Daumen und hoffen, dass euch die #ZHR Challenge 2020 gefällt.

Wir zählen auf euch!