

Willkommen zum Crosslauf!

Wir freuen uns sehr, Sie bei unserer Laufveranstaltung begrüßen zu dürfen. Damit dieses Event für alle zu einem gelungenen Erlebnis wird, legen wir Wert auf:

-  **Respektvollen Umgang:** Behandeln Sie alle Läufer:innen, Zuschauer:innen, Mitarbeiter:innen und Freiwillige mit Achtung und Wertschätzung. Unsere Veranstaltung soll ein Raum der Inklusion und Gemeinschaft sein, unabhängig von Herkunft, Geschlecht, ethnischer Zugehörigkeit, Alter, sexueller Orientierung oder Leistungsstand.
-  **Gewaltfreies Umfeld:** Wir setzen uns für eine gewaltfreie Umgebung ein und tolerieren keinerlei Form von körperlichem, sexuellem, verbalem oder emotionalem Missbrauch oder Belästigung.
-  **Höflichkeit gegenüber anderen Teilnehmern:** Zeigen Sie Respekt und unterstützen Sie andere Läufer:innen. Vermeiden Sie rücksichtsloses Verhalten wie Drängeln, Schubsen oder jegliche Form von Unhöflichkeit.
-  **Anpassung der Geschwindigkeit:** Laufen Sie in einem angemessenen Tempo, das Ihrem Fitnesslevel und Ihren Fähigkeiten entspricht. Vermeiden Sie es, andere Läufer:innen zu behindern, indem Sie plötzlich stoppen oder die Richtung ändern.
-  **Rücksicht auf die Umgebung:** Halten Sie die Strecke sauber und werfen Sie keine Abfälle auf den Boden. Nutzen Sie bitte die vorhandenen Abfallbehälter entlang der Strecke und respektieren Sie die Natur.
-  **Kommunikation:** Verwenden Sie klare Signale, wenn Sie andere Läufer:innen überholen möchten. Signalisieren Sie Ihre Absicht durch verbale Ankündigungen oder Handzeichen, um Unfälle zu vermeiden.
-  **Hilfeleistung:** Wenn Sie sehen, dass jemand verletzt ist oder Hilfe benötigt, informieren Sie sofort einen Streckenposten oder rufen Sie die Rettungskräfte.
-  **Fairen Wettbewerb:** Halten Sie sich an die Regeln des fairen Wettbewerbs und verzichten Sie auf unerlaubte Vorteile wie Abkürzungen entlang der Strecke.
-  **Beachtung der Anweisungen des Veranstalters:** Folgen Sie jederzeit den Anweisungen des Veranstalters und Streckenpersonals. Sie sind dafür verantwortlich, die Sicherheit aller Teilnehmer:innen zu gewährleisten.
-  **Genießen Sie die Erfahrung:** Laufveranstaltungen sollen Spaß machen und eine Gelegenheit bieten, persönliche Ziele zu erreichen. Genießen Sie die Atmosphäre, ermutigen Sie andere Läufer:innen und feiern Sie Ihre eigenen Erfolge.