



FIRMEN TRISKEL
MEHR ALS 1 FIRMLAUF



Die Zahl 3, die allgemein hin für den dritten Tag der Woche steht, dem so genannten Wodan/Wotanstag oder engl. wednesday, ist die heiligste aller Zahlen, die Dreizahl gilt allgemein als Ausdruck der Vollkommenheit (aller guten Dinge sind drei, die heilige Dreifaltigkeit, die Heiligen Drei Könige, drei Dimensionen). Schon bei den Kelten galt die 3 als heilige Zahl, der Triskel, der so genannte Dreipass oder Dreiwirbel als Symbol der Sonne für die Begegnung der Himmelskörper, sozusagen das keltische Sonnenrad, die Spirale des Lebens spielte die herausragende Rolle und die Muttergöttinnen wurden dreigestaltig dargestellt.

Für **Mitarbeiter von Firmen oder deren Freunde** läuft 2010 die Aktion:

Sportler für Organspende

Sportler starten zusätzlich für ihre Firma/Verein bei den drei Wettbewerben 7. Town&Country Pumpäzlauf am 06.06.10, 7.Asklepios Pumpäz Tritrekk und 3. Via Solutions Wartburg Staffellauf am 18.09.10 und sammeln ihre Kilometer, die symbolisch der Erhöhung der Organspendebereitschaft dienen sollen. Die Firma/Verein mit den meisten Kilometern beim Lauf, Triathlon und Staffel gewinnt den begehrten Wanderpokal „Firmen-triskel – Sportler für Organspende“ für ein Jahr.

Für **Einzelstarter** läuft von 2010 bis 2016 unsere Aktion:

Von Melborn bis Olympia in Rio

1956 gelang Wolfgang Behrendt bei den olympischen Spielen in Melbourne der erste Olympiasieg im Boxen für die damalige DDR in einer gemeinsamen deutschen Mannschaft.

Zu den olympischen Spielen in Rio de Janeiro 2016 jährt sich dieser Olympiasieg das 60. Mal. Ein Anlass für uns, dieses Ereignis zu würdigen! Warum?

Der Marathon, bekanntermaßen das Sinnbild der olympischen Idee, führt bei uns durch den Ort Melborn am Fuße des Hörselbergs. Ähnlich der antiken griechischen Mystik erzählt der Thüringer Märchenfürst Ludwig Bechstein die Liebesgeschichte zwischen der in diesem Berg wohnenden Frau Venus und ihres Ritters Dannhusen, was wiederum Richard Wagner zu seiner berühmten Oper Tannhäuser inspirierte.

Die Marathonläufer werden bei ihrem Lauf wahrscheinlich keine Muse für diese Liebesgeschichte finden, jedoch baut uns der Ort Melborn mit seinem Namen die Brücke zwischen den beiden Olympiaorten Melbourne und Rio de Janeiro.

Ziel soll es sein, sowohl an diesen ersten Olympiasieg zu erinnern und gleichzeitig sein 60. Jubiläum bei den olympischen Spielen in Rio anvisierend möglichst viele, vor allem junge Menschen und ganze Firmen/Vereine an die zwar anstrengende, jedoch gesundheitlich beste Sache der Welt heranzuführen - Laufen und die Freude am Sport. Während Tom Hanks im Spielfilm als Forrest Gump 3 Jahre durch Nordamerika laufend sein Glück suchte, wollen wir in den nächsten 7 Jahren die Kleinsten, Jugendliche, Erwachsene im Einzel, als Duo oder in der Staffel zum aktiven und sich allmählich steigernden Laufen zwischen Nationalpark Hainich, Naturpark Thüringer Wald einschließlich seines Rennsteigs und UNESCO Biosphärenreservat Rhön motivieren.

Für den Start der Aktion beim 7. Town&Country Pumpäzlauf konnte der erste deutsche Olympiasieger im Boxen, Wolfgang Behrendt als Ehrengast gewonnen werden.

Für **Nordic Walker** läuft 2010 unsere Aktion

Nordic2010 Pumpäz Walk

Das Nordic Walking gibt es bereits seit 2003 bei der Pumpäzveranstaltung „2. Wandern auf Luthers Spuren“. Mittlerweile wird es bei vier Großveranstaltungen des Pumpäz im Jahr angeboten und ist zum festen Bestandteil geworden.

Auf Empfehlung der Fachgremien und anerkannter Experten, wie beispielsweise des 50 Km Olympiasiegers Hartwig Gauder, sollte es beim Nordic Walking eine Wertung als Wettkampf nicht geben. Um die Leistungen der Nordic Walker trotzdem gebührend zu würdigen, werden bei den vier Veranstaltungen Punkte vergeben. Die drei besten Leistungen werden für die Ermittlung der Gesamtsieger m/w „Nordic 2010 Pumpäz Walk“ herangezogen.

Datum	Wettkampf	Kategorie	Firmenlauf	von 0 auf 42	Nordic Walk
06.06.2010	Lauf	Einzel/Team	X	X	X
15.08.2010	Triathlon	Duo/Einzel	X	X	X
18.09.2010	Staffel	Staffel/Einzel	X	X	X
31.10.2010	Wandern	Nordic Walk			X

Ausschreibungen im Triskel 2010 **für Firmen/Vereine (Firmenlauf)**

- mindestens **ein Starter** in einer der drei Laufdisziplinen beim 7. Town&Country Pummpälzlauf
- mindestens **ein Duo** (Lauf, Rad, Kanu) beim 7. Asklepios Pummpälz Tritrekk
- mindestens **eine Staffel** (5-er Mannschaft) beim 3. Via Solutions Wartburg Staffellauf
- Für den Firmentriskel werden von jeder der 3 Veranstaltungen die Kilometer aller Aktiven einer Firma/Verein addiert, den die Firma/Verein mit den meisten Kilometern bei allen 3 Veranstaltungen mit der Übergabe des Wanderpokals nach Abschluss des Wartburgstaffelmarathons für 1 Jahr gewinnt
- Die Raddisziplinen gehen nicht in die Wertung ein mit Ausnahme des Run&Bike Marathons und des Radfahrens beim Triathlon Tritrekk
- Jede Einzelleistung zählt auch für den Einzelwettbewerb „Von Melborn bis Olympia in Rio“
- Nimmt ein Aktiver einer Firma/Verein 2010 an allen 3 Veranstaltungen teil, erhält er für den 8. Town&Country Pummpälzlauf am 05.06.11 eine kostenfreie Startkarte

für Einzelsportler (Von Melborn bis Olympia in Rio)

- Es gewinnt, wer bei mindestens einem der drei jährlichen Triskelwettbewerbe (7.Town&Country Pummpälzlauf, 7.Asklepios Pummpälz Tritrekk, 3.Via Solutions Wartburg Staffellauf) nach sieben Jahren die meisten Kilometer absolviert hat, bei Gleichstand entscheidet das Alter
- Für den ersten Platz gibt es einen Hauptpreis, für die Plätze 2 bis 7 attraktive Preise und für jeden Absolventen eine Medaille mit Urkunde zu gewinnen
- Sobald **ein** Sportler in der Wertung führt, übernimmt dieser das Triskeltrikot
- Nach Abschluss der Serie eines Jahres erhält der Führende Urkunde und Medaille
- Jede Einzelleistung zählt auch für den Firmenwettbewerb „Firmentriskel“
- Die Raddisziplinen gehen nicht in die Wertung ein mit Ausnahme des Run&Bike Marathons und des Radfahrens beim Triathlon Tritrekk
- Nimmt ein Aktiver 2010 an allen 3 Veranstaltungen teil, erhält er für den 8. Town&Country Pummpälzlauf am 05.06.11 eine kostenfreie Startkarte

für Nordic Walker (Nordic 2010 Pummpälz Walk)

- Punkte werden bei jedem der vier Wettbewerbe (7.Town&Country Pummpälzlauf, 7.Asklepios Pummpälz Tritrekk, 3.Via Solutions Wartburg Staffellauf, 9.Wandern auf Luthers Spuren) vergeben, die im Ziel als Sofortausdruck von SportIdent einschließlich der absolvierten Zeit ausgewiesen und auf der Urkunde (auch als online - Druck möglich) ausgedruckt werden
- Die Punkte errechnen sich aus dem Streckenprofil, der Streckenlänge und der absolvierten Zeit
- Wird die Bedingung, Walking mit Stöcken nicht eingehalten, kann die Punktevergabe annulliert werden
- Zur Ermittlung der Platzierung nach Abschluss der Serie eines Jahres werden die Punkte aus drei Veranstaltungen abzüglich eines möglichen Streichergebnisses addiert, wobei gewalkte Durchschnittsgeschwindigkeiten von über 7,5 Km/h je Rennen mit einer Punktezahl gerechnet, die der von 7,5 Km/h entspricht
- Gesamtsieger m/w wird, wer die höchste Punktezahl erreicht, bei Punktgleichheit entscheidet das Alter
- Nordic Walker mit Teilnahme an 3 Wettbewerben erhalten eine Abschluss-Urkunde und bei Teilnahme an allen 4 Wettbewerben gibt es neben der Urkunde eine Medaille sowie für den 8. Town&Country Pummpälzlauf am 05.06.11 eine kostenfreie Startkarte
- Jede Einzelleistung zählt auch für den Firmenwettbewerb „Firmenlauf“ und den Einzelwettbewerb „Von Melborn bis Olympia in Rio“