



Hamburg | Behörde für Schule  
und Berufsbildung

# 111 Jahre Schulrudern



## 40. Alsterlauf der Schülerruderer und der RG HANSA

### Neu: „nicht nur um die Alster“

### Ausschreibung

Um die Vorgaben der Verordnungen und Verfügungen zum Schutz vor Corona zu erfüllen, findet der Alsterlauf – *nicht nur um die Alster* – in diesem Jahr als Challenge für alle Hamburger Ruder\*innen statt.

Der Alsterlauf soll nicht nur auf der traditionellen Strecke um die Alster stattfinden, sondern überall dort, wo es geeignete Strecken zum Laufen gibt. So können Ruder\*innen aus allen Stadtteilen am Lauf teilnehmen, ohne eine Anreise zur Alster unternehmen zu müssen.

- Termin:** 28.11.2020 bis 13.12.2020 (2 Wochen)
- Veranstalter:** Behörde für Schule und Berufsbildung - Fachausschuss Rudern, Hamburger Schüler-Ruderverband und Ruder-Gesellschaft HANSA e.V.
- Kontakt:** E-Mail an: [achim.eckmann@bsb.hamburg.de](mailto:achim.eckmann@bsb.hamburg.de)
- Streckenlänge:** Es sind zwei Laufdistanzen möglich: über 3 km und 7,3 km. Wird nicht auf der Alsterrunde gelaufen, ist die Bestimmung der Streckenlänge mit einer Laufapp erforderlich.
- Laufbestimmungen:** **1. Einzelläufer:** Jede\*r Läufer\*in muss mit einer **Laufapp** laufen, die sowohl die Streckenlänge als auch die gelaufene Zeit anzeigt. Die Laufapp ist frei wählbar. Der Lauf kann überall dort stattfinden, wo es geeignete Strecken zum Laufen gibt. Die Anreise zur Alster ist nicht erforderlich. Erst nach dem erfolgten Lauf trägt jede\*r Sportler\*in die eigene Laufzeit im **Online-Portal des Alsterlaufs** ein: <http://schulruderverband.de/wordpress/alsterlauf>. Dort werden auch die persönlichen Daten, Laufnummer, gelaufene Strecke, gemessene Zeit usw. eingetragen. Als Beleg für die Laufleistung muss zusätzlich ein **Screenshot** des Ergebnisses von der Laufapp hochgeladen werden. Pro Sportler\*in kann nur einmal eine Zeit eingetragen werden. Das **Online-Portal** des Alsterlaufs ist **ab dem 28.11.2020** für Eintragungen freigeschaltet. Es ist für Eintragungen **bis zum 13.12.2020 um 12.00 Uhr geöffnet**. Nach dieser Zeit können keine Eingaben mehr gemacht und gewertet werden. Die geltenden **Datenschutzbestimmungen** können im Online-Portal nachgelesen werden.
- 2. Mannschaften / Klassen / Kurse:** Die Obleute, Lehrkräfte oder Trainer melden die Laufergebnisse mit Excel Meldeformular per E-Mail an: [achim.eckmann@bsb.hamburg.de](mailto:achim.eckmann@bsb.hamburg.de). Die Obleute sind für exakte Ermittlung der Streckenlänge und die exakte Messung der Laufzeiten verantwortlich. Wird nicht auf der Alsterrunde gelaufen, senden die Obleute einen Screenshot der Laufapp, auf dem die Streckenlänge ersichtlich ist, mit dem Laufergebnis ein.
- Startberechtigung:** Startberechtigt ist, wer nachweisbar mindestens seit dem 01.09.2020 einer Schulrudergruppe oder einem Ruderverein angehört. **Ausnahmeregelung:** Es können auch Schüler\*innen, die keiner Schulrudergruppe angehören als **Nichtruderer** antreten. Sie sind unbedingt im Onlineformular bzw. im Excel Meldeformular als Nichtruderer zu kennzeichnen.

Lauf Nr.	Laufbezeichnung	Jahrgang (Altersgruppe)	Strecke
1	Schüler / Jungen	2009 und jünger (11 Jahre und jünger)	3 km
2	Schülerinnen / Mädchen	2009 und jünger (11 Jahre und jünger)	3 km
3	Schüler / Jungen	2007/08 (12-13 Jahre)	3 km
4	Schülerinnen / Mädchen	2007/08 (12-13 Jahre)	3 km
5	Schüler / Jungen	2007/08 (12-13 Jahre)	7,3 km
6	Schülerinnen / Mädchen	2007/08 (12-13 Jahre)	7,3 km
7	Schüler / Jungen	2006 (14 Jahre)	7,3 km
8	Schülerinnen / Mädchen	2006 (14 Jahre)	7,3 km
9	Schüler / Junioren B	2004/05 (15-16 Jahre)	7,3 km
10	Schülerinnen / Juniorinnen B	2004/05 (15-16 Jahre)	7,3 km
11	Schüler / Junioren A	2002/2003 (17-18 Jahre)	7,3 km
12	Schülerinnen / Juniorinnen A	2002/2003 (17-18 Jahre)	7,3 km
13	Männer / Betreuer	2001 und älter (19 Jahre und älter)	7,3 km
14	Frauen / Betreuerinnen	2001 und älter (19 Jahre und älter)	7,3 km

**Hinweise zur Durchführung:**

Es wird **kein Meldegeld** erhoben. Eine Anmeldung vorab ist nicht erforderlich, das individuelle Ergebnis wird im Online-Portal eingetragen oder mit der Excel-Melddatei gesendet.

Für jeden Lauf erfolgt eine **Einzelwertung**. Wenn die Anzahl der Meldungen für einen einzelnen Lauf genügend groß ist, wird dieser Lauf in einzelnen Jahrgängen gewertet. Die Teilnehmer auf den vorderen Plätzen erhalten eine Auszeichnung. Außerdem erfolgt eine **Mannschaftswertung** für Schulen bzw. Vereine, bei der in jedem Lauf die Platzierungen der drei schnellsten Läufer jeder Schule bzw. jedes Vereins addiert werden. Dabei werden einerseits die Läufe auf der 3 km Strecke zusammengefasst, sowie andererseits die Läufe der 7,3 km Strecke, jeweils nach Geschlechtern getrennt.

Der Alsterlauf in dieser neuen Form setzt auf den Gedanken von **Fairplay** im Sport, insbesondere auf **Ehrlichkeit** bei der Eintragung der individuellen Ergebnisse im Online-Portal. Die Laufleistungen werden von den Veranstaltern an die Lehrkräfte bzw. Trainer zur Kontrolle weitergegeben.

Laufzeiten über 60 Minuten Dauer können nicht im Online-Portal eingetragen und gewertet werden.

Für den **Schulsport** ist der Alsterlauf geeignet, um **im Sportunterricht** durchgeführt zu werden. Er kann aber auch als **Hausaufgabe** gestellt werden. Schüler\*innen, die als Einzelperson am Alsterlauf teilnehmen, sollten auf jeden Fall ihren Sportlehrer oder Ruderprotektor über die Teilnahme informieren.

**Rudervereine** können den Alsterlauf in der **Trainingsgruppe** durchführen. Er kann aber auch von den Ruder\*innen in **Eigenregie** gelaufen werden. Auch in diesem Fall sollte der zuständige Trainer über die Teilnahme informiert werden.

Von allen Teilnehmer\*innen sind bei der Durchführung des Alsterlaufs die jeweils geltenden **Regelungen zum Schutz vor Corona** zu beachten. **Für Schulen** die Richtlinien unter <https://www.hamburg.de/bsb/13679646/corona-fags> und **für Vereinssportler\*innen** die Regelungen der Hamburger Allgemeinverfügung <https://www.hamburg.de/verordnung/>

Wir freuen uns auf zahlreiche Teilnahme.

Mit sportlichen Grüßen,  
Achim Eckmann und Jonathan Müller



**Weitere Informationen im Internet unter:**

<https://schulrudern.hamburg.de>



[www.rghansa.de](http://www.rghansa.de)