

# RUN5

TEAMSTAFFEL

LÜBECK



EVENTBOOKLET

18.06.2026

5

📍 5,1KM

📍 LÜBECK VOLKSFESTPLATZ

5 FÜR VIELFALT

[run5.de/luebeck](https://run5.de/luebeck)

# RUN5 TEAMSTAFFEL LÜBECK

Die RUN5 TEAMSTAFFEL LÜBECK feiert Premiere – ein besonderer Moment, bei dem Teamgeist spürbar wird: Am 18. Juni 2026 gehen Teamstaffeln mit je fünf Läufer/-innen gemeinsam an den Start, laufen die 5 Kilometer als Staffel und tragen sich gegenseitig mit jedem übergebenen Staffelstab ins Ziel. Auf der abwechslungsreichen Strecke durch den Lübecker Stadtwald Lauerholz zählt nicht nur die Zeit, sondern vor allem das Miteinander, das Anfeuern und der gemeinsame Erfolg. Beim anschließenden Get-Together am Volksfestplatz wird dieser Teamspirit gefeiert – gekrönt von einem wohlverdienten Sixpack ERDINGER Brauhaus Helles Alkoholfrei für jede Teamstaffel. Wir freuen uns auf euch!



## MIT Eurer TEILNAHME GUTES TUN

Bei der RUN5 TEAMSTAFFEL LÜBECK ist eine Teilnahme als Charity-Starter möglich. Merke dir die Option unbedingt für deine Teilnahme im nächsten Jahr, denn der Aufpreis von 5 € pro Charity-Startplatz, also 25 € pro Staffel, geht vollständig als Spende an die Lübeck-Hilfe für krebserkrankte Kinder e.V.

# ZEITPLAN

---

**15:00 Uhr**

Öffnung des Eventareals und Ausgabe der Startunterlagen

---

**Ab 15:30 Uhr**

Unterhaltung im Eventareal mit DJ und Moderation

---

**16:00 bis 20:00 Uhr**

Abholung des Sixpacks ERDINGER Brauhaus  
(Gutschein befindet sich an den Startunterlagen)

---

**Ab 16:45 Uhr**

Offizielles Foto mit Bürgermeister (alle Läufer/-innen gerne dazu platzieren)  
Ausgabe der Staffelstäbe an die Startläufer/-innen im Startbereich  
und Startaufstellung

---

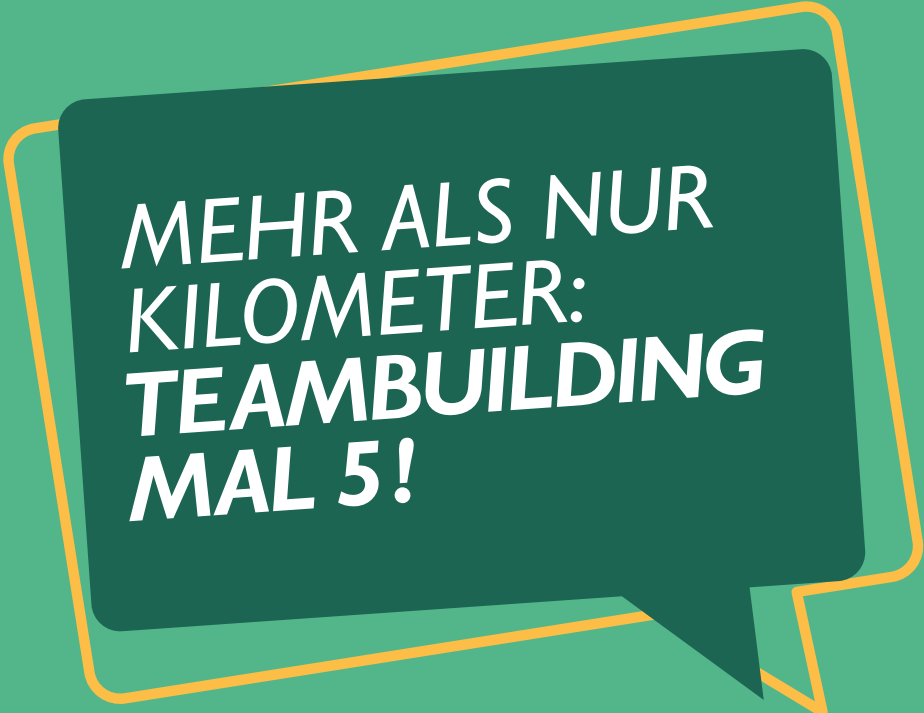
**17:00 Uhr**

Startschuss für die Teamstaffeln

---

**22:00 Uhr**

Ende der Veranstaltung



**MEHR ALS NUR  
KILOMETER:  
TEAMBUILDING  
MAL 5!**



# GRUSSWORT

## LIEBE LÄUFER/-INNEN, LIEBE TEAMS UND SPORTBEGEISTERTE,

*es ist mir eine große Freude, die Schirmherrschaft für die RUN5 TEAMSTAFFEL am 18. Juni 2026 in Lübeck zu übernehmen und Sie alle zu diesem besonderen Event in unserer Hansestadt willkommen zu heißen.*

*Die Hansestadt Lübeck ist ein Zentrum des Breiten- und Spitzensports. Wen das Laufen einmal gepackt hat, den lässt das Laufen nicht mehr los. Diese Erfahrung machen heutzutage immer mehr Menschen. Erfreulicherweise, denn sie haben damit ein Hobby gefunden, das sie ihr ganzen Leben begleiten kann und mit dem sie etwas für ihre Gesundheit tun.*

*Besonders freut mich, dass dieses Event den Breitensport in unserer Stadt in den Fokus rückt. Bei der RUN5 TEAMSTAFFEL geht es nicht nur um die individuelle Bestzeit, sondern vor allem um das gemeinsame Erlebnis. Wenn Kolleg:innen sowie Freunde als Staffel über die 5-Kilometer-Distanz antreten, steht das „Wir“ im Vordergrund. Dieser Teamgeist stärkt nicht nur das Miteinander in den Unternehmen und Vereinen unserer Region, sondern motiviert auch dazu, sich gemeinsam zu bewegen, Ziele zu stecken und Erfolge zu feiern.*

*Mein besonderer Dank gilt den Organisatoren sowie allen ehrenamtlichen Helfenden, die dieses Event möglich machen. In diesem Sinne wünsche ich gutes Gelingen, den Aktiven die gewünschten Erfolge bei hoffentlich strahlendem Sonnenschein und allen Besuchenden sowie Gästen einige unterhaltsame und ereignisreiche Stunden.*



Jan Lindenau, Bürgermeister Lübeck



## ES IST UNSERE TIEFE ÜBERZEUGUNG, DASS VIELFALT PER SE EIN HOHES GUT DARSTELLT.

*Egal ob als Sportteam, als Unternehmen oder als Gesellschaft: Vielfalt macht uns kreativer, erfolgreicher, besser. Vielfalt macht unser Leben abwechslungsreich und interessant. Durch Vielfalt lernen wir beständig hinzu und entwickeln uns weiter. Und Vielfalt bedeutet in diesem Falle für uns vor allem: Die Vielfältigkeit der Menschen, denen wir begegnen und mit denen wir uns umgeben.*

*Bei der RUN5 TEAMSTAFFEL finden seit jeher Sport und Wirtschaft zusammen – und für beide ist Vielfalt ein essenzieller Faktor. Nicht zufällig zählen drei wesentliche Werte unseres Unternehmensleitbildes auf das Thema Vielfalt ein: „Fairness“, „Gemeinsamkeit“ und „Verantwortungsbewusstsein“ finden sich als Kerne des von unseren Mitarbeitenden vor rund vier Jahren definierten Leitbildes von B2Run.*

*Die verbindende Wirkung des Sports begeistert uns beständig auf's Neue und diese Begeisterung wollen wir immer wieder mit möglichst vielen Menschen teilen. Bei B2Run Events begegnen sich jedes Jahr zehntausende Menschen. Uns ist es dabei wichtig, eine einladende Kultur zu schaffen und ALLEN respektvoll und offen gegenüberzutreten, völlig ungeachtet von Geschlecht, Herkunft, Religion, Alter, Überzeugungen und Orientierungen.*

*Auch wenn sich dies schon immer in unserem Denken und Handeln ausgedrückt hat, scheint es uns nun an der Zeit, dies auch explizit in unserer Kommunikation zum Ausdruck zu bringen.*

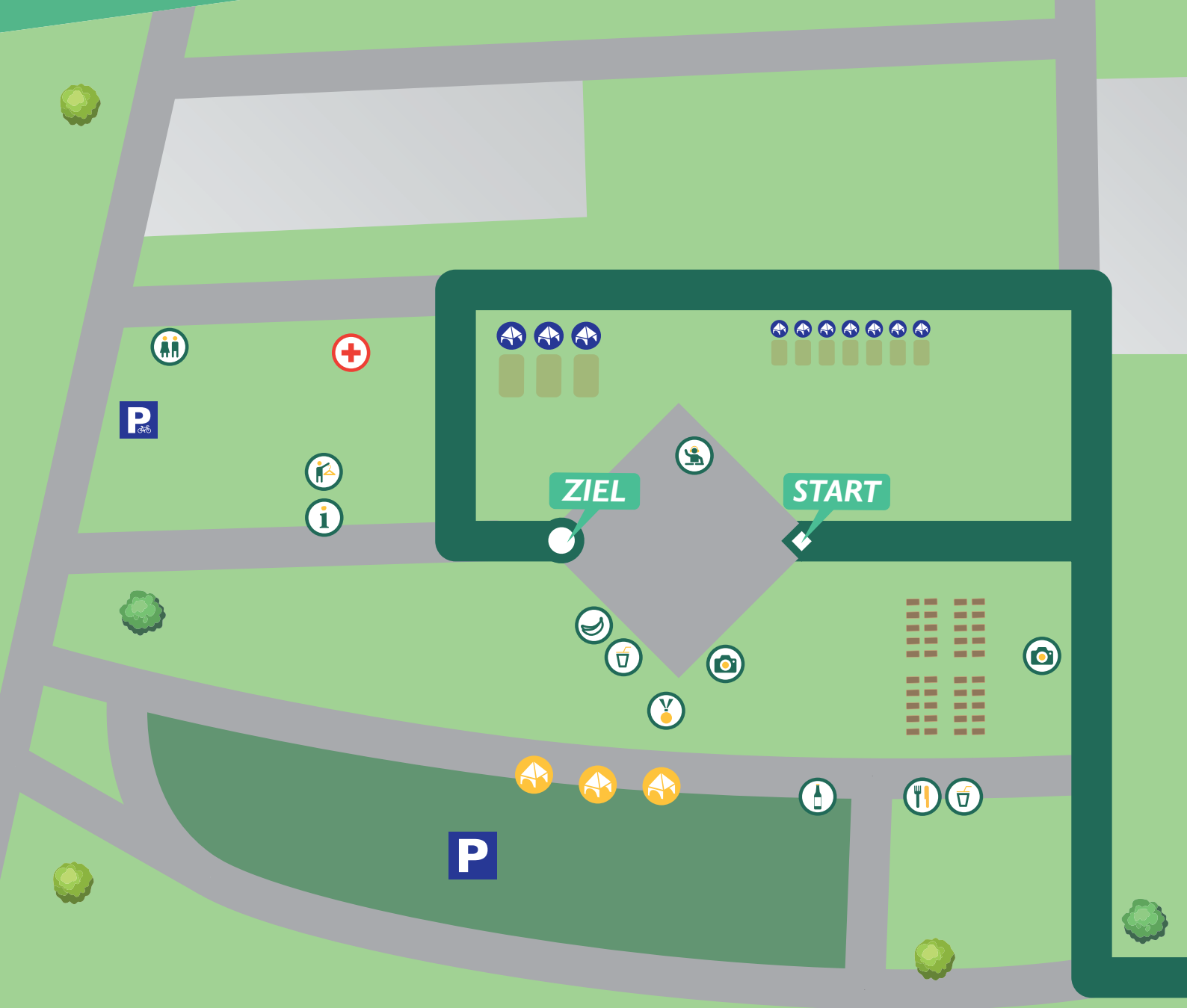
*Natürlich kann Vielfalt zuweilen auch herausfordernd sein – aber wir lieben Herausforderungen! (Nicht nur, weil wir Sportler/-innen sind.) Wir möchten heute und in Zukunft in einer offenen, bunten und demokratischen Gesellschaft leben und arbeiten.*

**Daher stehen wir als Team Gemeinsam für Vielfalt ein.**

**5 FÜR VIELFALT**

# LAGEPLAN

 Volksfestplatz



 INFO

 TOILETTE

  CATERING

  ZIELVERPFLEGUNG

 DJ

 UMKLEIDE

 FOTOWAND

 ERDINGER  
FINISHER GETRÄNK

 MEDAILLENAUSGABE

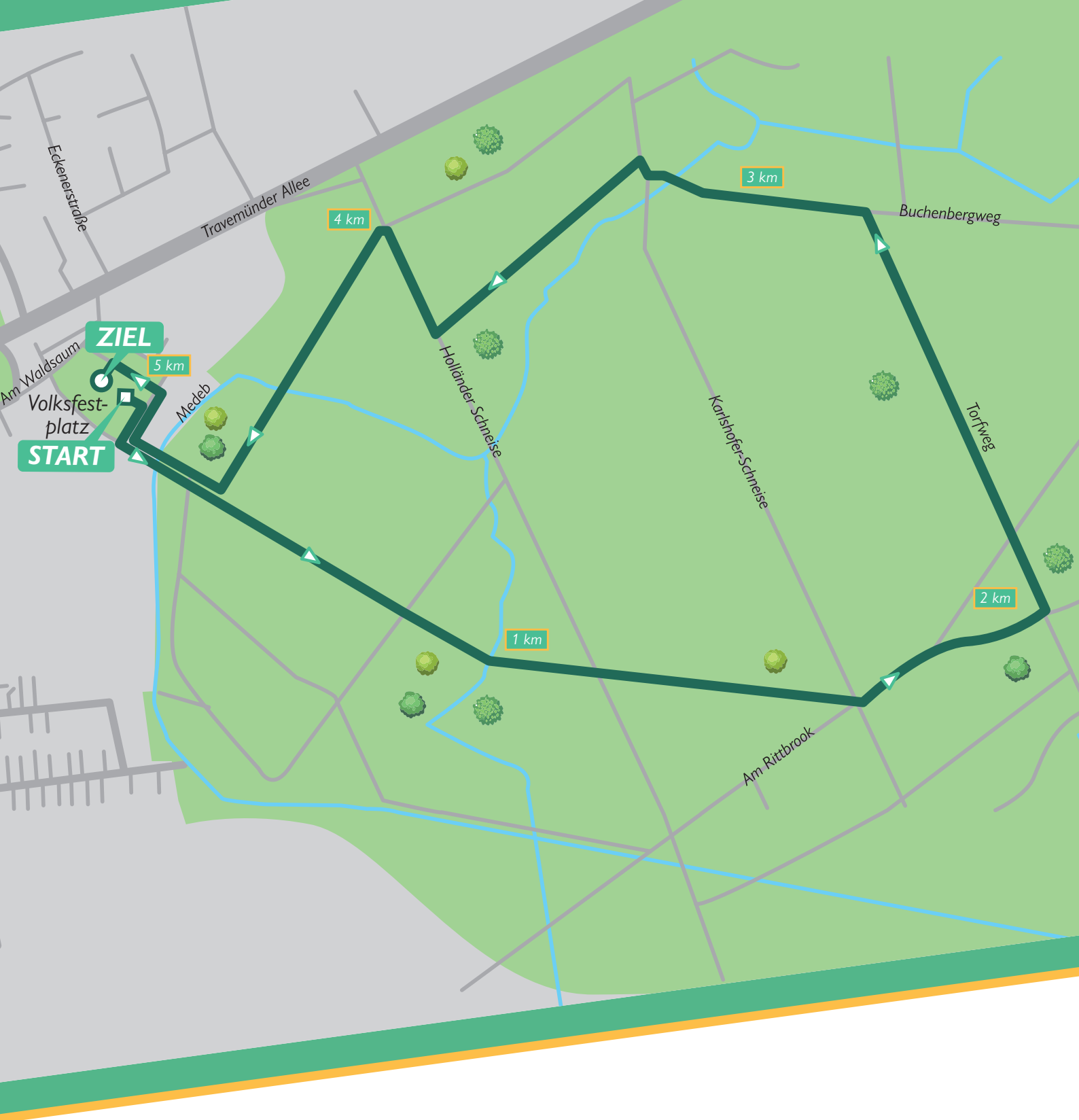
 PARTNERSTAND

 TEAMSTAND

 ERSTE HILFE

# STRECKENPLAN

 5,1 km



 ZUM STRECKENVIDEO

 Die gesamte Strecke verläuft auf Waldwegen

# ALLES ZUM START UND ZIEL

## START- UND ZIELBEREICH

Bitte findet euch mind. 10 Minuten vor eurem Start im Startbereich ein. Die Person, die die Strecke zuerst läuft, erhält mit Eintritt in den Startbereich den Staffelstab. Der/die Schlussläufer/-in gibt ihn am Ende zurück.

Im Zielbereich bitten wir alle Teilnehmer/-innen, nicht stehen zu bleiben und sich nach der Staffelstabübergabe zügig in Richtung Zielversorgung und Eventareal zu begeben.

## STAFFELSTABÜBERGABE „DER WECHSEL“

Die Übergabe des Staffelstabs findet in der Wechselzone statt. Die Wechselzone befindet sich im Start-Zielbereich. Dazu werden die Startblöcke „1-99“, „100-199“, „200-299“ usw. eingerichtet. Die Läufer/-innen gehen, **entsprechend ihrer Startnummer**, in den jeweiligen Block. Wenn der/die erste Läufer/-in die Wechselzone erreicht, läuft dieser in Richtung der Startblöcke und übergibt den Staffelstab an den/die nächste/-n Läufer/-in. Erst wenn der Staffelstab übergeben wurde, darf der/die nächste Läufer/-in zur Runde starten. Den Zugang zur Wechselzone erhalten nur die als nächstes laufenden Teilnehmer/-innen. Es erfolgt eine Einlasskontrolle.

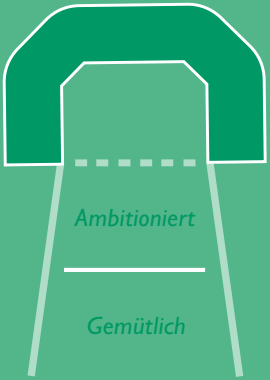
Die Startnummern haben oben eine Nummer von 1-5. Nummer 1 läuft als Startläufer/-in, Nummer 5 geht als letzte/-r Läufer/-in auf die Strecke. Die Startnummern müssen deutlich sichtbar auf der Brust befestigt werden. Sicherheitsnadeln zum Befestigen liegen den Startunterlagen bei.

# STARTZEIT 17 UHR



# LAUFKNIGGE

## STARTAUFSTELLUNG



Wie willst du laufen?

Ambitioniert:  
VORNE aufstellen

Gemütlich:  
HINTEN aufstellen

## STRECKE



Grundsätzlich  
Rechts laufen

Zum Überholen  
kurz nach links

Direkt wieder  
rechts einordnen

Bitte beachten für das Laufvergnügen aller Teilnehmenden!

Wir möchten, dass die RUN5 TEAMSTAFFEL für alle so schön wie möglich wird. Deshalb bitten wir dich eindringlich, unseren Laufknigge einzuhalten. Das heißt, dass du dich am Start als gemütliche/-r Läufer/-in eher hinten aufstellst und als ambitionierte/-r Läufer/-in eher vorne innerhalb des jeweiligen Startblocks.

Auf der Strecke gilt: Laufe grundsätzlich rechts! Wenn du jemanden überholen möchtest, schere kurz nach links aus, ordne dich dann aber sofort wieder rechts ein, sobald dies möglich ist.

Haltet euch bitte ebenso daran, nicht in Gruppen nebeneinander zu laufen und so mehr als die Hälfte der Streckenbreite in Anspruch zu nehmen. Gerade auf dem ersten halben Kilometer nach dem Start sollte man maximal zu zweit nebeneinander laufen.

Gegenseitige Rücksichtnahme und die Beachtung dieser einfachen Laufknigge-Regeln sind entscheidend, um ein flüssiges Laufen auf der Strecke zu gewährleisten. So trägt ihr nicht nur zur Sicherheit aller Beteiligten bei, sondern erhöht auch den Spaßfaktor auf der Strecke.

# WERTUNGEN

Bei der RUN5 TEAMSTAFFEL geht es um die Teamleistung. Daher werden keine Einzelzeiten gemessen, sondern die Laufzeit der Teamstaffel.

Geehrt mit Gold- Silber- und Bronze-Staffelstäben, sowie Sachpreisen, werden die drei schnellsten Staffeln in den Kategorien: Männer, Frauen und Mixed (in der Mixed-Staffel müssen mindestens 2 Frauen angemeldet sein).

# 5



# A BIS Z

## ANFAHRT

Wir empfehlen ausdrücklich die Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln!

## ÖPNV:

### **Am Veranstaltungstag fungiert deine Startnummer als Ticket für den ÖPNV:**

Während des gesamten Veranstaltungszeitraumes könnt ihr die Verkehrsmittel der SWL Mobil sowie der LVG im Teilnetz „Stadt Lübeck“ für die An- und Abreise kostenlos nutzen. Folgende Möglichkeiten stehen dir offen:

Mit den Linien 31 oder 34 bis zur Haltestelle Zeppelinstraße, anschließend ca. 2 Min zu Fuß bis zum Eventareal

Mit den Linien 12, 15 oder 25 bis zur Haltestelle Ehrenfriedhof, anschließend ca. 5 Min zu Fuß bis zum Eventareal

## FAHRRAD:

Es stehen Fahrradparkplätze auf dem Gelände zur Verfügung.

## AUTO:

Für Autos stehen rund um den Volksfestplatz keine öffentlichen Parkplätze zur Verfügung.

**Hier** findet die RUN5 TEAMSTAFFEL Lübeck statt.

## CATERING

Es gibt öffentliches Catering auf dem Eventareal. Speisen und Getränke können vor Ort bar oder mit der Karte bezahlt werden.

## ERGEBNISSE, BILDER & URKUNDE

Euer Ergebnis sowie eure Teamurkunde werden euch am Tag nach eurem Lauf auf [www.run5.de](http://www.run5.de) zur Verfügung stehen. Dort werden zudem eine Reihe toller Eventbilder online gestellt.

## GESUNDHEIT UND SICHERHEIT

Geht nur gesund an den Start und trinkt am Tag des Laufs ausreichend Wasser! Wir stellen im Ziel sowie auf der Strecke Getränke zur Verfügung – dennoch ist eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr bereits im Vorfeld wichtig.

## HAFTUNG

Für gesundheitliche Schäden, Unfälle, Diebstahl und sonstige Schäden (auch in der Umkleide) wird keine Haftung übernommen.

## MÜLLENTSORGUNG

Für die RUN5 TEAMSTAFFEL werden zusätzliche Müllbehälter aufgestellt. Mitarbeiter/-innen eines Reinigungsunternehmens sorgen nach der Veranstaltung für einen sauberen Volksfestplatz. Wir möchten euch bitten, der Umwelt zuliebe und zur Erhaltung des Parks den entstehenden Müll in den dafür vorgesehenen Müllbehältern zu entsorgen.

# A BIS Z

---

## PERSÖNLICHES LAUFVIDEO

Damit du dich immer wieder an deine Leistung erinnern kannst, kannst du nach dem Event ein individuelles Laufvideo abrufen, das dich beim Start und bei deinem emotionalen Zieleinlauf zeigt. Das Video findest du am Tag nach der Veranstaltung auf unserer Ergebnisseite unter [www.run5.de](http://www.run5.de).

## SANITÄRE ANLAGEN

Auf dem Veranstaltungsgelände befinden sich mobile Toiletten. Duschmöglichkeiten werden nicht angeboten.

## STAFFELSTÄBE

Jedes Team erhält mit dem Eintritt des Startläufers/-in im Startkanal einen Staffelstab. Dieser wird in der auf der Startnummer angegebenen Reihenfolge nach jeder Laufrunde in der Wechselzone weitergegeben. Der/die Schlussläufer/-in gibt den Staffelstab im Ziel wieder zurück.

## STARTNUMMERN AUSGABE

Das Event-Areal ist ab 15:00 Uhr geöffnet. Die Startnummernausgabe erfolgt vor Ort ab 15:00 Uhr. Es ist zudem möglich, sich die Startunterlagen im Vorfeld abzuholen. Die Startunterlagen kannst du bereits frühzeitig bei der offiziellen Startnummernausgabe am 9. und 10. Juni zwischen 09:00 und 18:00 Uhr bei unserem Partner cleverfit Lübeck Süd (Kronsforder Allee 126A) abholen.

## UMKLEIDE

Umkleiden sind auf dem Gelände vorhanden und sind auf dem Lageplan zu finden. Duschen können wir leider nicht zur Verfügung stellen.

## URKUNDE

Nach der Veranstaltung steht für alle Teilnehmenden auf unserer Website eine individuelle Urkunde zum Download bereit. Die Urkunde findest du unter [www.run5.de](http://www.run5.de) im Bereich ‚Ergebnisse‘.

## ZEITNAHME

Bei der RUN5 TEAMSTAFFEL kommt es auf die Teamleistung an. Daher wird ausschließlich die Laufzeit der Teamstaffel und keine Einzelzeiten gemessen. Die Zeiterfassung beginnt automatisch mit dem Startschuss.



## POSTET EURE MOMENTE

### ERLEBT DIE RUN5 TEAMSTAFFEL AUF ALLEN PLATTFORMEN

*Videos* mit den besten  
Event-Impressionen

Austausch mit der  
*RUN5-Community*

Blick hinter die Kulissen  
des *RUN5-Teams*

*Bildergalerien* mit den  
schönsten RUN5-Momenten

*Gewinnspiele & Aktionen*  
mit attraktiven Preisen

### NEWSLETTER



Meldet euch für unseren Newsletter an und verpasst keine Updates zur  
RUN5 TEAMSTAFFEL 2026!

Als Dankeschön gibt's exklusiv über den Newsletter gratis Laufpläne  
für Einsteiger/-innen und Fortgeschrittene!



run5.de



/run5teamstaffel



@run5teamstaffel

# UNSERE PARTNER 2026

---

## NATIONALE PARTNER



## REGIONALE PARTNER



# RUN5

TEAMSTAFFEL

LÜBECK



INFRONT B2RUN GMBH

Büro München  
Hermann-Weinhauser-Straße 73  
81673 München  
Tel +49 (0)89 460 88 96 0

Büro Köln  
Bunzlauer Str. 1  
50858 Köln  
Tel +49 (0)221 650 36 70

**5 FÜR VIELFALT**



EIN UNTERNEHMEN VON

**infront**