11. SkyRun MesseTurm Frankfurt

„uffgerappelt...mitgedappelt“

11. Juni 2017

ARQUE

MESSETURM



Harald Lipp - Kelkheim/Ts.

SPRINT

ETC © BY WAYNE PARKER

FFC FIRE-FIGHTERS CUP



SKY RUN MESSETURM FRANKFURT

SkyRun for KIDS

SPORTSTADT FRANKFURT AM MAIN

TGU 1887

61 Etagen - 1.202 Stufen - 222 Höhenmeter

...der Charity-Event als Alternative, wenn es geradeaus nicht mehr läuft...

11. SkyRun MesseTurm Frankfurt

„uffgerappelt...mitgedappelt“

11. Juni 2017

ARQUE

MESSETURM

SKY RUN MESSETURM FRANKFURT

Samstag

18:30 ***SkyRun Party***

…die etwas andere Nudelparty in Etage 10 des MesseTurms...

Sonntag

09:45	***11. arque - messeTurm - sprint***
12:15	**Siegerehrung sprint + Deutsche Towerrunning-Meisterschaften**
13:05	***11. arque - messeTurm - cTc****
13:20	***11. arque - messeTurm - FFC *****
15:15	**Siegerehrung cTc**
16:00	**Siegerehrung FFC**
16:30	***7. arque - messeTurm - KC ******
17:10	**Siegerehrung KC**

7 DEUTSCHER TOWERRUNNING CUP



* corporate-TEAM-cup
** FIRE-FIGHTER´S CUP: FIGHTER- & ELITE-Teams
*** KIDS CUP

61 Etagen - 1.202 Stufen - 222 Höhenmeter

...der Charity-Event als Alternative, wenn es geradeaus nicht mehr läuft...

11. SkyRun MesseTurm Frankfurt

„uffgerappelt...mitgedappelt“

11. Juni 2017

SKY RUN MESSETURM FRANKFURT

11. arque - messeTurm - sprint

Start:	09:45 Uhr Einzelstart / freeflow je 10 sec (top-20 je 30 sec)
Wertung:	Einzelwertung - ab 10 Jahre
Startgebühr:	25,-- € / Einzelläufer
Siegerehrung:	12:15 Uhr
Anmeldung:	www.skyrun-messeturm-frankfurt.com
Informationen:	Michael Lederer (ARQUE) Gundelhardtstr. 50 D-65779 Kelkheim/Ts. +49-6195-903-886 Telefon +49-6195-903-887 Fax michael@lederer-kelkheim.de
ARQUE e.V.:	Naspa Nassauische Sparkasse IBAN: DE52 5105 0015 0227 1000 01 BIC: NASSDE55XXX
Spendenquittung:	Es wird keine Spendenquittung ausgestellt
Meldeschluss:	14. Mai 2017 24:00 Uhr



Die Teilnahme am Lauf erfolgt auf eigene Gefahr. Insoweit obliegt es jedem Teilnehmer zu prüfen, ob er ausreichend trainiert hat und dass keine ärztlichen Bedenken bestehen. Haftungsansprüche gegen den Veranstalter sind ausgeschlossen.

61 Etagen - 1.202 Stufen - 222 Höhenmeter

...der Charity-Event als Alternative, wenn es geradeaus nicht mehr läuft...

11. SkyRun MesseTurm Frankfurt

„uffgerappelt...mitgedappelt“

11. Juni 2017

11. arque - messeTurm cTc (corporate-TEAM-cup)

Start:	13:05 Uhr cTc - team-start / freeflow je 60 sec
Wertung:	5er Team-Wertung (gemischte Teams sind möglich) Bei mehreren Teams einer Firma: „Best 5 of all“
Spende:	500,-- €/Team
Siegerehrung:	15:15 Uhr
Anmeldung:	www.skyrun-messeturm-frankfurt.com
Informationen:	Michael Lederer (ARQUE) Gundelhardtstr. 50 D-65779 Kelkheim/Ts. +49-6195-903-886 Telefon +49-6195-903-887 Fax michael@lederer-kelkheim.de
ARQUE e.V.:	Postbank Frankfurt IBAN: DE47 5001 0060 0061 4726 00 BIC: PBNKDEFFXXX
Spendenquittung:	nach Einzahlung der Spende
Meldeschluss:	14. Mai 2017 24:00 Uhr



Die Teilnahme am Lauf erfolgt auf eigene Gefahr. Insoweit obliegt es jedem Teilnehmer zu prüfen, ob er ausreichend trainiert hat und dass keine ärztlichen Bedenken bestehen. Haftungsansprüche gegen den Veranstalter sind ausgeschlossen.

61 Etagen - 1.202 Stufen - 222 Höhenmeter

...der Charity-Event als Alternative, wenn es geradeaus nicht mehr läuft...

11. SkyRun MesseTurm Frankfurt

„uffgerappelt...mitgedappelt“

11. Juni 2017

11. arque - messeTurm FFC (FIRE-FIGHTER‘S CUP)

Start:	13:30 Uhr FFC - team-start / freeflow je 60 sec FIGHTER & ELITE-Kategorie
Wertung:	3er Team-Wertung (gemischte Teams sind möglich)
Spende:	75,-- €/Team
Siegerehrung:	15:45 Uhr
Anmeldung:	www.skyrun-messeturm-frankfurt.com
Informationen:	Michael Lederer (ARQUE) Gundelhardtstr. 50 D-65779 Kelkheim/Ts. +49-6195-903-886 Telefon +49-6195-903-887 Fax michael@lederer-kelkheim.de
ARQUE e.V.:	Postbank Frankfurt IBAN: DE47 5001 0060 0061 4726 00 BIC: PBNKDEFFXXX
Spendenquittung:	nach Einzahlung der Spende
Meldeschluss:	14. Mai 2017 24:00 Uhr



Die Teilnahme am Lauf erfolgt auf eigene Gefahr. Insoweit obliegt es jedem Teilnehmer zu prüfen, ob er ausreichend trainiert hat und dass keine ärztlichen Bedenken bestehen. Haftungsansprüche gegen den Veranstalter sind ausgeschlossen.

61 Etagen - 1.202 Stufen - 222 Höhenmeter

...der Charity-Event als Alternative, wenn es geradeaus nicht mehr läuft...

11. SkyRun MesseTurm Frankfurt

„uffgerappelt...mitgedappelt“

11. Juni 2017

SKY RUN MESSETURM FRANKFURT

11. arque - messeTurm FFC (FIRE-FIGHTER‘S CUP)

Ein Feuerwehrteam startet als geschlossene Gruppe. Die Zeit jedes Athleten wird für die Tageswertung gemessen. Für die Team-Wertung werden die Laufzeiten der 3 Athleten zusammengerechnet. In beiden Kategorien wird in kompletter, einsatztauglicher Brandschutzausrüstung, mit Feuerwehrhelm, Feuerschutzkleidung (Jacke und Hose), Feuerwehrschutzhandschuhen (müssen lediglich mitgeführt werden), Feuerwehrschutzstiefeln (keine Turnschuhe) und mit Atemschutzgerät gelaufen. Die Einhaltung des Reglements wird vor dem Start überprüft. Bringen Sie bitte Ihre Atemschutzgeräte/Masken mit, da wir vor Ort diese nicht bereitstellen können.

FIGHTER-Team
Das Atemschutzgerät wird lediglich aufgesetzt und ist nicht anzuschließen. Insoweit brauchen Sie auch Ihre Maske nicht mitzubringen.

ELITE-Team
Das Atemschutzgerät ist während der gesamten Strecke aufgesetzt und ist über die Maske zu beatmen. Es muss eine gültige Atemschutztauglichkeits-Bescheinigung (G 26) vorliegen. Sofern die Notwendigkeit besteht die Maske abzusetzen, kommt das Team weiterhin in die Wertung - es wird jedoch in die FIGHTER-Kategorie umgegliedert. Die Einhaltung des Reglements im Hinblick auf die Umgliederung wird während des Rennens überprüft.



Die Teilnahme am Lauf erfolgt auf eigene Gefahr. Insoweit obliegt es jedem Teilnehmer zu prüfen, ob er ausreichend trainiert hat und dass keine ärztlichen Bedenken bestehen. Haftungsansprüche gegen den Veranstalter sind ausgeschlossen.

61 Etagen - 1.202 Stufen - 222 Höhenmeter

...der Charity-Event als Alternative, wenn es geradeaus nicht mehr läuft...

11. SkyRun MesseTurm Frankfurt

„uffgerappelt...mitgedappelt“

11. Juni 2017

7. arque-messeTurm KC (KIDS CUP)

Start:	16:15 Uhr in Etage 30 KC - team-start / freeflow je 30 sec maximal 20 Teams über alle Klassenstufen
Wertung:	5er Team-Wertung (max. 18-20 J. - Jg.-Stufe 13)
Spende:	freiwillig
Siegerehrung:	17:00 Uhr
Anmeldung:	www.skyrun-messeturm-frankfurt.com
Informationen:	Michael Lederer (ARQUE) Gundelhardtstr. 50 D-65779 Kelkheim/Ts. +49-6195-903-886 Telefon +49-6195-903-887 Fax michael@lederer-kelkheim.de
ARQUE e.V.:	Postbank Frankfurt IBAN: DE47 5001 0060 0061 4726 00 BIC: PBNKDEFFXXX
Spendenquittung:	nach Einzahlung der Spende
Meldeschluss:	14. Mai 2017 24:00 Uhr



SkyRun for KIDS

Die Teilnahme am Lauf erfolgt auf eigene Gefahr. Insoweit obliegt es jedem Teilnehmer zu prüfen, ob er ausreichend trainiert hat und dass keine ärztlichen Bedenken bestehen. Haftungsansprüche gegen den Veranstalter sind ausgeschlossen.

61 Etagen - 1.202 Stufen - 222 Höhenmeter

...der Charity-Event als Alternative, wenn es geradeaus nicht mehr läuft...

11. SkyRun MesseTurm Frankfurt

„uffgerappelt...mitgedappelt“

11. Juni 2017

ARQUE

MESSETURM

SKY RUN MESSETURM FRANKFURT

Preisgeld SkyRun MesseTurm Frankfurt (sprint)

SiegerIn	750 €
Rang 2	500 €
Rang 3	250 €

Gegenbauer Facility Management





...der Charity-Event als Alternative, wenn es geradeaus nicht mehr läuft...

11. SkyRun MesseTurm Frankfurt

„uffgerappelt...mitgedappelt“

11. Juni 2017

Altersklassen-Meister

Zusätzlich zum Gesamtsieger wird im Rahmen der Deutschen Towerrunning-Meisterschaften in insgesamt 8 verschiedenen Altersklassen (Jugend I: 10-14, Jugend II: 15-19, 20-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60-69, 70-79, 80-89, > 89) der Titel des Deutschen Towerrunning-Meisters für die Altersklassen-Sieger vergeben.

Der nationale Titel für die Altersklassen-Meister wird nur vergeben, wenn **mindestens 3 deutsche Läufer** in der jeweiligen Altersklasse teilnehmen.



Towerrunning Germany 2017



61 Etagen - 1.202 Stufen - 222 Höhenmeter

...der Charity-Event als Alternative, wenn es geradeaus nicht mehr läuft...

11. SkyRun MesseTurm Frankfurt

„uffgerappelt...mitgedappelt“

11. Juni 2017

Informationen und Angebote zur Übernachtung

SkyRun - Hotel: Mövenpick

Einzelzimmer Standard: € 75,00 pro Nacht & Zimmer inkl. Frühstück
Doppelzimmer Standard: € 90,00 pro Nacht & Zimmer inkl. Frühstück

Diese Raten sind gültig für die Übernachtung 10./11. Juni 2017

Tel.: +49-69-788075-828 Stichwort „SkyRun“

hotel.frankfurtcity.reservierung@moevenpick.com



SkyRun - Hotel: Radisson Blu

Einzelzimmer Standard: € 75,00 pro Nacht & Zimmer inkl. Frühstück & Tiefgarage
Doppelzimmer Standard: € 90,00 pro Nacht & Zimmer inkl. Frühstück & Tiefgarage

Diese Raten sind gültig für die Übernachtung 10./11. Juni 2017

Tel.: +49-69-770-155-3500 Stichwort „SkyRun“

reservations.frankfurt@radissonblu.com



61 Etagen - 1.202 Stufen - 222 Höhenmeter

...der Charity-Event als Alternative, wenn es geradeaus nicht mehr läuft...

11. SkyRun MesseTurm Frankfurt

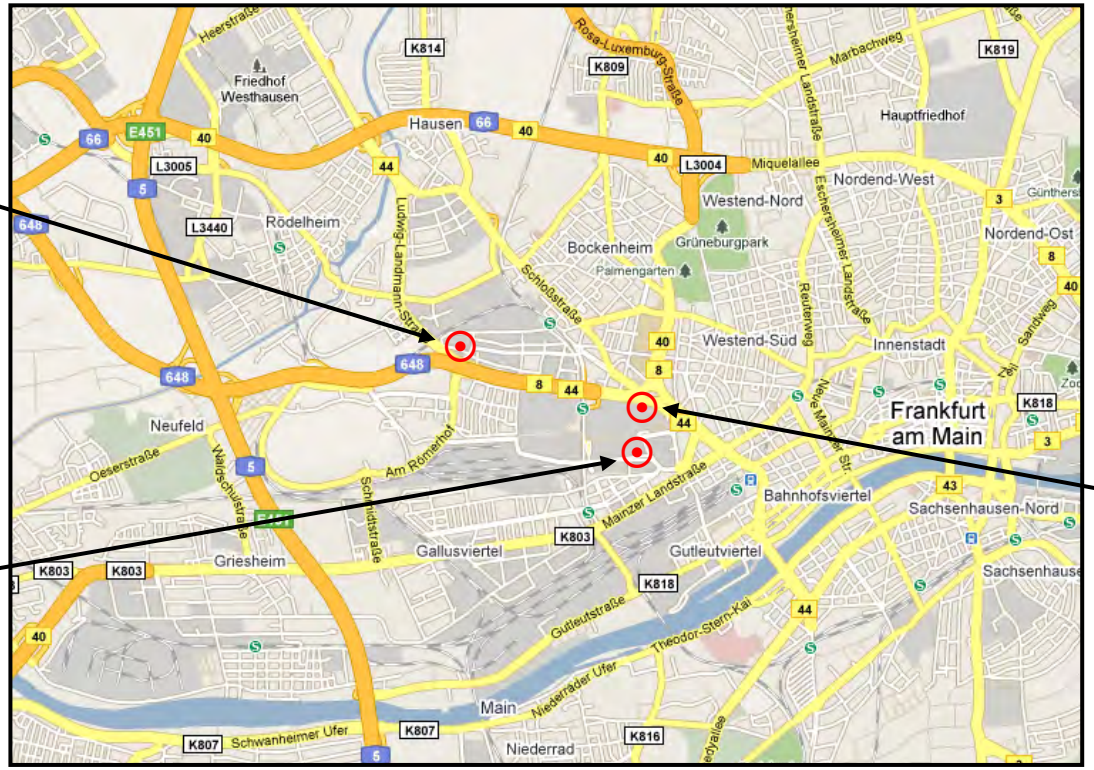
„uffgerappelt...mitgedappelt“

11. Juni 2017

Anreise







SKY RUN
MESSETURM FRANKFURT

61 Etagen - 1.202 Stufen - 222 Höhenmeter

...der Charity-Event als Alternative, wenn es geradeaus nicht mehr läuft...

11. SkyRun MesseTurm Frankfurt

„uffgerappelt...mitgedappelt“

11. Juni 2017

ARQUE

Die **AR**beitsgemeinschaft für **QUE**rschnittgelähmte mit Spina bifida / Rhein-Main-Nahe e.V. (**ARQUE**) vertritt als eingetragener gemeinnütziger Verein im Rhein-Main-Nahe-Gebiet seit 1979 die Interessen von Menschen mit angeborener Querschnittlähmung (Spina bifida) und Störung des Gehirnwasser-kreislaufes (Hydrozephalus). Die ARQUE hat es sich als Selbsthilfegruppe zur Aufgabe gemacht, Menschen mit Spina bifida und deren Angehörige bei einem selbstbestimmten Leben und bei der Bewältigung der durch die Behinderung entstehenden Herausforderungen zu unterstützen.

Etwa 1 von 1.000 Kindern kommt in Deutschland mit einer angeborenen Querschnittlähmung zur Welt. Bei den entstehenden medizinischen, pflegerischen und sozialen Aufgaben bietet ARQUE umfassende individuelle Beratung und Begleitung für alle Altersstufen an.

ARQUE

ARBEITSGEMEINSCHAFT für QUERSCHNITTGELÄHMTE mit Spina bifida / Rhein-Main-Nahe e.V.



www.arque.de
www.arquelauf.de



Race-Director
SkyRun MesseTurm Frankfurt
Michael Lederer

ARQUE

61 Etagen - 1.202 Stufen - 222 Höhenmeter

...der Charity-Event als Alternative, wenn es geradeaus nicht mehr läuft...

11. SkyRun MesseTurm Frankfurt

„uffgerappelt...mitgedappelt“

11. Juni 2017

Haftungsausschluss

(1) Ist der Veranstalter in Fällen höherer Gewalt berechtigt oder aufgrund behördlicher Anordnungen oder aus Sicherheitsgründen verpflichtet, Änderungen in der Durchführung der Veranstaltung vorzunehmen oder diese abzusagen, besteht keine Schadenersatzpflicht des Veranstalters gegenüber dem Teilnehmer.

(2) Der Veranstalter haftet nicht für nicht wenigstens grob fahrlässig verursachte Sach- und Vermögensschäden; ausgenommen von dieser Haftungsbegrenzung sind Schäden, die auf der schuldhaften Verletzung einer vertraglichen Hauptleistungspflicht des Veranstalters beruhen, und Personenschäden (Schäden an Leben, Körper oder Gesundheit einer Person). Die vorstehenden Haftungsbeschränkungen erstrecken sich auch auf die persönliche Schadenersatzhaftung der Angestellten, Vertreter, Erfüllungsgehilfen und Dritter, derer sich der Veranstalter im Zusammenhang mit der Durchführung der Veranstaltung bedient, bzw. mit denen er zu diesem Zweck vertraglich verbunden ist.

(3) Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für gesundheitliche Risiken des Teilnehmers im Zusammenhang mit seiner Teilnahme. Es obliegt dem Teilnehmer, seinen Gesundheitszustand vorher zu überprüfen. Siehe dazu auch den unten abgedruckten GRR-Fragenkatalog zur Gesundheit.

(4) Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für von ihm beauftragten Dritten für den Teilnehmer verwahrte Gegenstände; die Haftung des Veranstalters aus groben Auswahlverschulden bleibt unberührt.



MesseTurm

61 Etagen - 1.202 Stufen - 222 Höhenmeter

...der Charity-Event als Alternative, wenn es geradeaus nicht mehr läuft...

11. SkyRun MesseTurm Frankfurt

„uffgerappelt...mitgedappelt“

11. Juni 2017

ARQUE

MESSETURM

Datenerhebung und -verwertung

(1) Die bei Anmeldung vom Teilnehmer angegebenen personenbezogenen Daten, werden gespeichert und zu Zwecken der Durchführung und Abwicklung der Veranstaltung, einschließlich des Zwecks der medizinischen Betreuung der Teilnehmers auf der Strecke und beim Zieleinlauf durch die die Veranstaltung betreuenden medizinischen Dienste, verarbeitet. Dies gilt insbesondere für die zur Zahlungsabwicklung notwendigen Daten (§ 288 BundesdatenschutzG). Mit der Anmeldung willigt der Teilnehmer in eine Speicherung der Daten zu diesem Zweck ein.

(2) Die im Zusammenhang mit der Teilnahme an der Veranstaltung gemachten Fotos, Filmaufnahmen und Interviews der Teilnehmer in Rundfunk, Printmedien, Büchern, fotomechanischen Vervielfältigungen können vom Veranstalter ohne Anspruch auf Vergütung verbreitet und veröffentlicht werden.

(3) Es werden Name, Vorname, Geburtsjahr und Verein des Teilnehmers zur Darstellung von Starterlisten in allen relevanten veranstaltungsbegleitenden Medien (insbesondere im Internet) abgedruckt, bzw. veröffentlicht. Mit der Anmeldung willigt der Teilnehmer in eine Speicherung und Verwertung der Daten zu diesem Zweck ein.

(4) Der Teilnehmer kann der Weitergabe seiner personenbezogenen Daten gem. vorstehender Abs. 2 und 3 gegenüber dem Veranstalter schriftlich oder per E-Mail widersprechen.



SAMSUNG UNIVERSE FRANKFURT Cheerleaders

61 Etagen - 1.202 Stufen - 222 Höhenmeter

...der Charity-Event als Alternative, wenn es geradeaus nicht mehr läuft...

10. SkyRun MesseTurm Frankfurt

„uffgerappelt...mitgedappelt“

11. Juni 2017

German Road Races

Richtig betrieben stellt der Ausdauersport eine der wirkungsvollsten Möglichkeiten zur Erhaltung von Gesundheit und Leistungsfähigkeit bis ins hohe Alter dar. Sie möchten an einem Ausdauerwettbewerb teilnehmen (5 -10 km, Halbmarathon, Marathon)? Um Sie bei einem optimalen Start in Ihre körperliche Aktivität zu unterstützen und einer möglichen Gesundheitsgefährdung vorzubeugen, bitten wir Sie, den nachfolgenden GRR-Fragenkatalog zur Gesundheit gewissenhaft auszufüllen.

Haben Sie dabei eine oder mehrere Fragen mit „Ja“ beantwortet, empfehlen wir Ihnen eine sportmedizinisch-kardiologische Untersuchung vor Aufnahme einer regelmäßigen Trainings- oder Wettkampfaktivität.

Bitte beachten Sie, dass auch der absolvierte Trainingsumfang Ihre Fitness bestimmt und eine gesundheitlich relevante Größe darstellt. So sollten Sie sich beispielsweise für die Teilnahme an einem Marathon mindestens 1 ½ bis 2 Jahre zielgerichtet und geplant vorbereiten.

Wir erwarten von Ihnen ein hohes Maß an Eigenverantwortung. Ihre Gesundheit liegt in Ihren Händen, bitte gehen Sie sorgsam und fürsorglich damit um.



61 Etagen - 1.202 Stufen - 222 Höhenmeter

...der Charity-Event als Alternative, wenn es geradeaus nicht mehr läuft...

11. SkyRun MesseTurm Frankfurt

„uffgerappelt...mitgedappelt“

11. Juni 2017

GRR-Fragenkatalog zur Gesundheit*

(1) Hat Ihnen jemals ein Arzt gesagt, Sie hätten "etwas am Herzen" und Ihnen Bewegung und Sport nur unter medizinischer Kontrolle empfohlen?
(2) Sind Sie über- oder untergewichtig?
(3) Liegt Ihr Bauchumfang über 88 cm (bei Frauen) bzw. über 102 cm (bei Männern)?
(4) Sind Sie über 35 Jahre alt und über längere Zeit nicht sportlich aktiv gewesen?
(5) Sind im Rahmen von Blutdruckkontrollen erhöhte Blutdruckwerte festgestellt worden?
(6) Sind auffällige Blutfettwerte bei Ihnen festgestellt worden?
(7) Rauchen Sie oder haben Sie über eine längere Lebensspanne geraucht?
(8) Gibt es in Ihrer direkten Verwandtschaft Fälle von Bluthochdruck, Herzkranzgefäßverkalkung / Herzinfarkt, Blutzuckererkrankung oder Schlaganfall?
(9) Sind Sie zuckerkrank?
(10) Hatten Sie in den letzten Monaten Herzrasen, Luftnot oder Schmerzen in der Brust, gleichgültig ob in Ruhe oder unter körperlicher Belastung?
(11) Nehmen Sie Medikamente gegen Bluthochdruck, Herz- oder Atembeschwerden ein?
(12) Haben Sie jemals Schwindel oder Ohnmachtszustände in Ruhe oder unter körperlicher Belastung erfahren?
(13) Bestehen Beschwerden oder Erkrankungen des Bewegungsapparates, die unter körperlicher Aktivität zunehmen können?

*zusammengestellt nach den derzeit vorherrschenden Auffassungen führender Mediziner und sportmedizinischer Institute in Deutschland.

61 Etagen - 1.202 Stufen - 222 Höhenmeter

...der Charity-Event als Alternative, wenn es geradeaus nicht mehr läuft...