



Stell Dir vor:

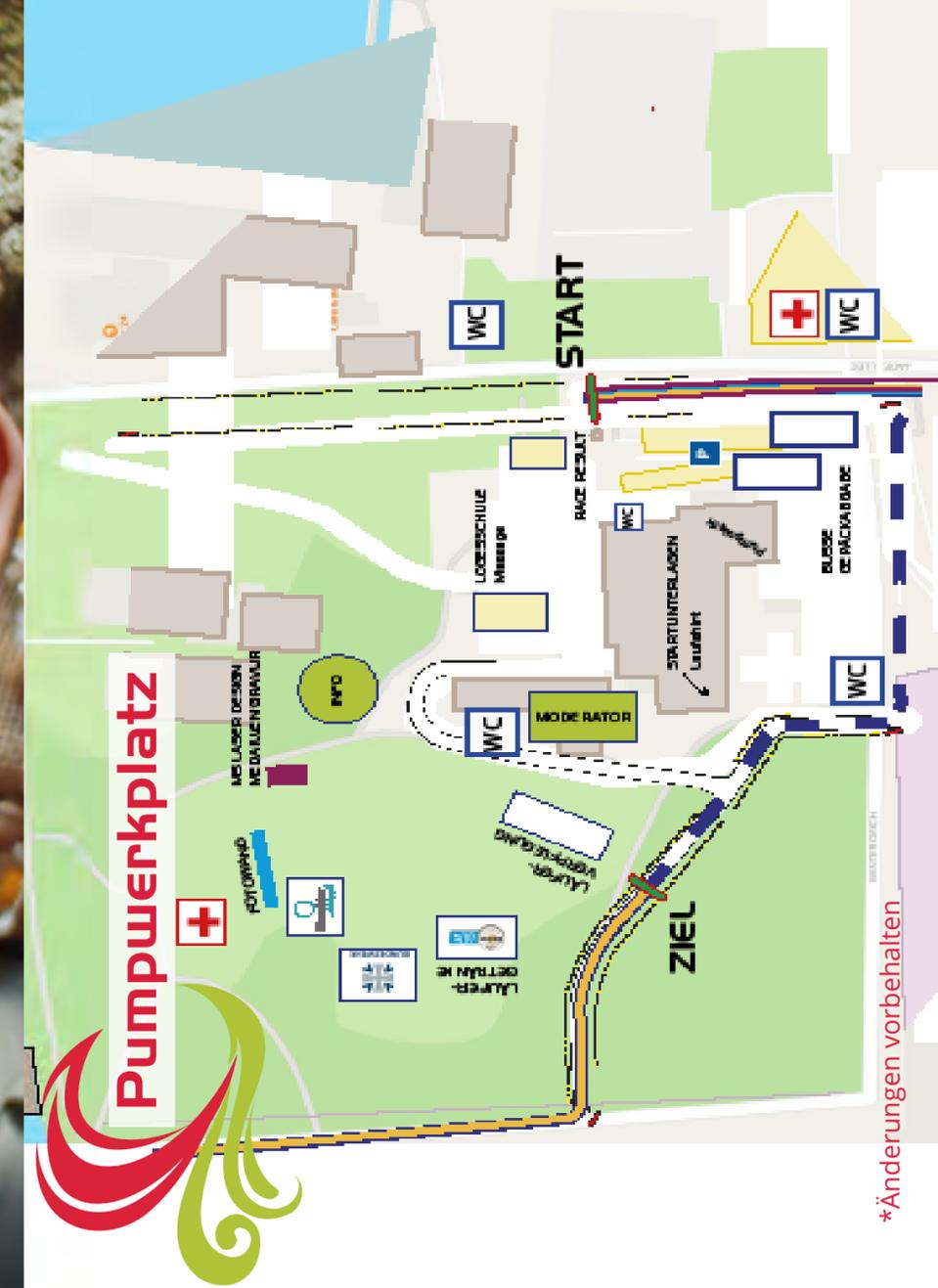
**FÜR DICH**

und Dein Leben!

**Sparda-Bank**

Die Deine Bank.

Sparda-Bank West eG  
Gökerstraße 58/60, 26384 Wilhelmshaven  
Telefon: 0211 23 93 23 93  
sparda-west.de/deinebank



Seit 1961 **OPEL-Vertragshändler** Seit 2014 einziger autorisierter **NISSAN-Vertragshändler** in der Region

**AUTOHAUS SCHMIDT**

Alle Fahrzeuge für Sie vor Ort oder im Netz unter:  
[www.autohaus-schmidt.eu](http://www.autohaus-schmidt.eu)

Georg Schmidt GmbH · ☎ 04421 / 75 55 - 0 · Ebkeriege 34 · 26389 Wilhelmshaven

### Gut schlafen – gut laufen

Das Atlantic Hotel bietet Teilnehmenden des Gorch-Fock-Laufs ein exklusives Übernachtungspaket an:

Mit dem „GFL special“ erhalten Läuferinnen und Läufer Sonderraten auf Einzel- und Doppelzimmer (inklusive Frühstück). Der verlängerte Check-out bis 16 Uhr bietet die Möglichkeit, zum entspannten Duschen und Umziehen.

**ATLANTIC**  
HOTEL Wilhelmshaven

Gegen Vorlage der Startnummer gibt es außerdem einen Vitamincocktail zum vergünstigten Sonderpreis.

*Jetzt buchen!*



# Mit der hkk läuft's

## Starte durch beim 19. Gorch-Fock-Lauf.



hkk.de



## Der Renner

Informationen zum Lauf

**Gorch-Fock**  
**19. LAUF**  
WILHELMSHAVEN  
9. Juni 2024

Start - Deich - Meer - Brücke - Kirche - Ziel

# Moin liebe LäuferInnen

Beim 19. Gorch-Fock-Lauf wartet am 9. Juni ein Laufevent mit unverwechselbarem maritimem Flair auf Laufbegeisterte aus Wilhelmshaven, der Region und ganz Deutschland. Das Orga-Team des Gorch-Fock-Lauf e.V. freut sich darauf, bei diesem Event mit allen Beteiligten den Laufsport zu feiern. Denn dieser Tag verspricht nicht nur sportliche Herausforderung, sondern auch jede Menge Spaß und unvergessliche Momente auf und neben der Strecke.

In dieser Broschüre gibt es alles Wissenswerte rund um den Wettkampf – von der Streckenführung über Startzeiten bis hin zu organisatorischen Infos zum Lauf. Außerdem gibt der Plan des Pumpwerk-Parks die optimale Orientierung rund um den Start- und Zielbereich.

In diesem Jahr haben wir noch mehr Bands, DJs und andere Acts für noch mehr Action an der Strecke engagiert. Und wie immer kommt das Beste zum Schluss: Hinter der Ziellinie wartet nicht nur

der Applaus der Zuschauenden auf alle Finisher, sondern auch eine wunderschöne Medaille als Andenken an diesen Lauf. Wir wünschen allen Aktiven ein großartiges Laufenerlebnis!

Euer Orga-Team des Gorch-Fock-Lauf e.V.

Impressum:  
V.i.S.d.P.: Inga Bernsau (1. Vors.)  
Gorch-Fock-Lauf e.V.  
Gökerstraße 77  
26386 Wilhelmshaven



## Infos zum Lauf

### Anreise

Start und Ziel des 19. Gorch-Fock-Laufs befinden sich am Kulturzentrum Pumpwerk, Banter Deich 2. Die Veranstaltung ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut zu erreichen.

**Achtung: Die Deichbrücke ist weiterhin für Pkw gesperrt.**

### Abmeldung

Eine Anmeldung kann weder aufgrund von Krankheit noch sonstigen Gründen storniert werden (siehe FAQs auf unserer Homepage).

### Erste Hilfe

Während der gesamten Veranstaltung sind SanitäterInnen anwesend. Sie sind im Start- und Zielbereich sowie entlang der Strecke positioniert, um im Notfall immer schnell vor Ort zu sein.

### Farben\*

LäuferInnen unterschiedlicher Distanzen erhalten verschiedenfarbige Startnummern:

- Marathon
- Halbmarathon
- 10-km-Lauf
- 5-km-Lauf
- Vereins- und Schullauf



## Die Strecke



# Start - Deich - Meer - Brücke - Kirche - Ziel

### Start/Zielbereich

An den Start geht es auf der Jadeallee. Das Ziel befindet sich am Pumpwerk-Park.

### Startzeiten\*

- Marathon: 8.50 Uhr
- Halbmarathon: 9.15 Uhr
- 10-km-Lauf: ab 10.15 Uhr
- 5-km-Lauf: ab 11.15 Uhr
- Vereins- und Schullauf: ab 11.50 Uhr

### Nachmelden/Ummelden

Nachmeldungen und Ummeldungen sind online bis zum 8. Juni 2024 möglich und vor Ort auch am 9. Juni - jeweils gegen eine (Nachmelde-) Gebühr.

**\*Änderungen vorbehalten**

### Toiletten

Toiletten befinden sich auf dem Gelände des Kulturzentrums Pumpwerk und an der Jadeallee, sowie an jeder Verpflegungsstelle an der Laufstrecke.

### Umkleiden/Duschen

In der Sporthalle Süd am Gotthilf-Hagen-Platz/Ecke Weserstraße stehen Umkleiden und Duschen zur Verfügung. Die Halle ist unbewacht. Der Fußweg zum Pumpwerk beträgt fünf Minuten.

### Zeitmessung

Die Zeit der LäuferInnen wird mittels Zeitnahme-Chip auf der Startnummer gemessen. Die Startnummern bitte nicht knicken!



Wir sind Ihr Ansprechpartner rund um Laufschuhe, Laufanalyse und Laufstiloptimierung.



Esenser Str. 251 · 26607 Aurich  
Tel.: 0 49 41 / 7 12 16

Öffnungszeiten:  
Mo-Fr: 9.00 - 18.00 Uhr  
Sa: 9.00 - 13.00 Uhr

www.gembler-schuhe.de



**\*Änderungen vorbehalten**