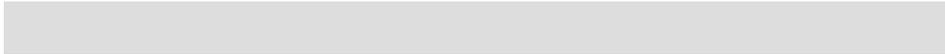




# Pressemitteilung

## 27. Tübinger Erbe-Lauf findet virtuell statt

**Am 20. September fällt der Startschuss**



Tübingen, den 28.07.2020

Aufgrund der Covid-19-Pandemie kann der 27. Tübinger Erbe-Lauf in diesem Jahr nicht im gewohnten Format stattfinden. Um dennoch ein tolles Event zu bieten, hat das Organisationsteam um Judith Wais vom Institut für Sportwissenschaft in enger Kooperation mit der Leichtathletik-Vereinigung (LAV) Stadtwerke Tübingen den *ersten virtuellen Erbe-Lauf* konzipiert. Ermöglicht wird dies auch durch die Unterstützung der Partner des Erbe-Laufes, die Ihr Engagement bei der virtuellen Premiere fortsetzen.

Bereits für das Vorbereitungstraining werden verschiedene Inhalte online bereitgestellt. Über die Veranstaltungsw Webseite und Kanäle der sozialen Medien stehen neben Trainings- und Streckenplänen auch Videosequenzen zu ergänzenden funktionellen Trainingseinheiten zur Verfügung. Zudem werden Expertentipps zu laufspezifischen Themen, wie z.B. Grundlagen der Trainingslehre, Ernährung, Verletzungsprophylaxe beim Laufen etc., veröffentlicht. Im Rahmen des virtuellen Vorbereitungstrainings wird es jede Woche eine Challenge mit attraktiven Preisen geben.

Zusätzlich zur virtuellen Ausrichtung werden ab dem 30. Juli auch reale Trainingseinheiten angeboten. Dies ermöglicht die ab dem 1. Juli 2020 gültige Verordnung des Kultusministeriums und des Sozialministeriums, die Sport in Kleingruppen mit bis zu 20 Personen wieder erlaubt. Für das Vorbereitungstraining werden drei Trainingsgruppen mit unterschiedlichem Leistungsniveau gebildet. Die fachkundige Betreuung erfolgt in bewährter Form durch erfahrene Trainer und Athleten der LAV Stadtwerke Tübingen. Das Training findet donnerstags um 19 Uhr statt. Gelaufen wird von der Fitnessstation Sand aus (Sandweg Ecke Falkenweg). Die Teilnahme ist kostenlos, aber nur mit vorheriger Anmeldung möglich. Die Teilnehmerzahl ist limitiert.

Der virtuelle Erbe-Lauf findet im Zeitraum vom 20.09. – 27.09.2020 statt. Die Anmeldung erfolgt über ein Online-Anmeldportal. Mit Zusendung der Anmeldebestätigung erhält man eine Startnummer zum Selbstaussdruck.

**Dr. Karl Guido Rijkhoek**  
Leiter

**Antje Karbe**  
Pressereferentin

Telefon +49 7071 29-76788  
+49 7071 29-76789

Telefax +49 7071 29-5566  
karl.rijkhoek[at]uni-tuebingen.de  
antje.karbe[at]uni-tuebingen.de

[www.uni-tuebingen.de/aktuell](http://www.uni-tuebingen.de/aktuell)

Das Anmeldeportal ist über die Veranstaltungswebseite zu erreichen und wird voraussichtlich ab Mitte August freigeschaltet.

Mit dem symbolischen Startschuss am 20. September haben alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer eine Woche Zeit, eine selbstgewählte Strecke in Angriff zu nehmen. Dabei können verschiedene Distanzen, auch mehrmals, absolviert werden – gehend, laufend oder mit dem Handbike. Die eigene Aktivität wird über eine beliebige App erfasst und im Online-Portal eingetragen. Auch eine Teamwertung wird angeboten. Das Ziel besteht darin, innerhalb des Zeitraumes möglichst viele Kilometer für das Team (z.B. Firmen-, Vereins-, Schulteams) zu sammeln. Hierbei sind tagesaktuelle Zwischenstände im Online-Portal einsehbar. Ebenso stehen dort Urkunden zum Herunterladen bereit.

Für Grundschülerinnen und -schüler gibt es ein gesondertes Angebot. Hier werden Laufwettbewerbe an der jeweiligen Schule mit begrenzten Teilnehmerzahlen durchgeführt.

Das Organisationsteam freut sich auf viele Teilnehmerinnen und Teilnehmer am *virtuellen Erbe-Lauf* und wünscht eine gute Vorbereitung.

### **Weitere Informationen**

Der Anmeldezeitraum für den virtuellen Erbe-Lauf ist vom 17.08. – 17.09.2020.

#### **Kontakt:**

Dr. Judith Wais, Organisationsleitung 27. Tübinger Erbe-Lauf 2020

Universität Tübingen

Wirtschafts- und Sozialwissenschaftliche Fakultät

Institut für Sportwissenschaft

Telefon: +49 7071 29-76420

judith.wais@uni-tuebingen.de

[www.tuebinger-erbe-lauf.de](http://www.tuebinger-erbe-lauf.de)