



**Nachname/ Vorname**

**Startnummer**

---

**Telefonnummer**

---

Die Teilnehmenden erklären verbindlich, in den letzten 14 Tagen weder Kontakt zu einem bestätigten Covid-19-Fall gehabt zu haben und sich auch nicht innerhalb der letzten 14 Tage in einem Risikogebiet aufgehalten haben

Auf dem gesamten Veranstaltungsgelände besteht die Pflicht, einen Mund-Nasen-Schutz zu tragen.

Teilnehmern, die zu Risikogruppen (z.B. Vorerkrankungen wie Diabetes oder Immunsuppression) zählen, ist die Teilnahme an Bewerbungen der Veranstaltung bis auf weiteres untersagt.

Die Teilnehmer haben schriftlich zu bestätigen, dass sie für den Lauf die geltenden Abstands- und Hygieneregeln zur Kenntnis genommen haben und sich verpflichten, diese zu beachten und bei Verstößen von der Veranstaltung ausgeschlossen werden können

## **AHA -Regel**

A wie **ABSTAND**: im Start-/Zielbereich 1,5m; beim Überholen 2,0m

H wie **HYGIENE**: allgemein bekannte Hinweise

A wie **ATEMSCHUTZ**: im Start-/ Zielbereich vorgeschrieben

**Datum/ Uhrzeit**

**Unterschrift**