

7. SkyRun MesseTurm Frankfurt

„uffgerappelt...mitgedappelt“

26. Mai 2013

Towerrunning
World Cup



Foto Harald Lipp - Kelkheim/Ts.

MESSE TURM



Towerrunning
World Association

Towerrunning
Germany



SkyRun for KIDS



SPORTSTADT
FRANKFURT AM MAIN

61 Etagen - 1.202 Stufen - 222 Höhenmeter

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



SkyRun MesseTurm Frankfurt

Der SkyRun MesseTurm Frankfurt ist auch 2013 eines der großen Saison-Höhepunkte für Amateure und Profis. Er bietet bei der 7. Auflage den Rahmen für die 2. Deutschen Towerrunning Championships.

Für den besten deutschen Athleten bzw. die beste deutsche Athletin wird der Titel **Deutscher Towerrunning Champion** vergeben und in jeder der 8 Altersklassen ebenfalls der Deutsche Towerrunning Champion geehrt, sofern mindestens 5 deutsche Läufer in der jeweiligen Altersklasse teilnehmen.

Neben den sportlichen Höchstleistungen steht beim SkyRun MesseTurm Frankfurt, der alle Facetten des Treppenlauf-Sports bedient, vor allem auch der gute Zweck im Vordergrund. Ein Großteil der Einnahmen der Veranstaltung kommt der **ARQUE** zu Gute, die u. a. Beratungs-, Sport- und Freizeitangebote für Kinder mit Spina bifida und deren Familien anbietet. Damit stellt der SkyRun MesseTurm Frankfurt eine im europäischen Towerrunning-Sport einmalige **Symbiose zwischen Spitzensport und Charity** dar.



Foto Harald Lipp - Kelkheim/Ts.

7. SkyRun MesseTurm Frankfurt

„uffgerappelt...mitgedappelt“

26. Mai 2013

Towerrunning
World Cup



Samstag

19:00 *SkyRun Party*
...die etwas andere Nudelparty in Etage 10 des MesseTurms...

Sonntag

10:00 *7. arque - messeTurm - sprint*

12:30 Siegerehrung sprint + Deutsche Towerrunning Championships

13:00 *7. arque - messeTurm - cTc**

13:30 *7. arque - messeTurm - FFC ***

14:30 Siegerehrung cTc

15:00 Siegerehrung FFC

15:45 *3. arque - messeTurm - KC ****

16:20 Siegerehrung KC



* 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...

ARQUE

7. SkyRun MesseTurm Frankfurt

„uffgerappelt...mitgedappelt“

26. Mai 2013

Towerrunning
World Cup



7. arque - messeTurm - sprint

Start:	10:00 Uhr Einzelstart / freeflow je 10 sec (top-20 je 60 sec)
Wertung:	Einzelwertung
Startgebühr:	25,-- € / Einzelläufer
Siegerehrung:	12:30 Uhr
Anmeldung:	www.skyrun-messturm-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
MesseTurm Service GmbH:	Deutsche Bank AG BLZ 700 700 10 Konto-Nr. 221 11 42 00
Spendenquittung:	Es wird keine Spendenquittung ausgestellt
Meldeschluss:	19. Mai 2013 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...



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

Start:	13:00 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:	14:30 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:	Postbank Frankfurt BLZ 500 100 60 Konto-Nr. 61 472-600
Spendenquittung:	nach Einzahlung der Spende
Meldeschluss:	19. Mai 2013 24:00 Uhr





7. 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:	15:00 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:	Postbank Frankfurt BLZ 500 100 60 Konto-Nr. 61 472-600
Spendenquittung:	nach Einzahlung der Spende
Meldeschluss:	19. Mai 2013 24:00 Uhr



© 2012 Moritz Lederer



7. arque - messeTurm FFC (FIRE-FIGHTER'S CUP)

Ein Feuerwehrteam läuft grundsätzlich als geschlossene Gruppe. Die Zeit jedes Athleten wird für die Tageswertung gemessen. Für die Team-Wertung wird die langsamste Laufzeit der 3 Athleten herangezogen. In beiden Kategorien wird in kompletter, einsatztauglicher Brandschutzausrüstung, mit Feuerwehrhelm, Feuerschutzkleidung (Jacke und Hose), Feuerwehrschtzhandschuhen, Feuerwehrschtzstiefeln (keine Turnschuhe) und mit Atemschutzgerät gelaufen. Die Einhaltung des Reglements wird vor dem Start überprüft.

FIGHTER-Team

Das Atemschutzgerät wird lediglich aufgesetzt und ist nicht anzuschließen. Insoweit wird auch keine Maske benötigt.

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.





3. ARQUE-MesseTurm KC (KIDS CUP)

Start:	15:45 Uhr in Etage 30 KC - team-start / freeflow je 30 sec maximal 20 Teams
Wertung:	5er Team-Wertung (gemischte Teams sind möglich)
Spende:	freiwillig
Siegerehrung:	16:20 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:	Postbank Frankfurt BLZ 500 100 60 Konto-Nr. 61 472-600
Spendenquittung:	nach Einzahlung der Spende
Meldeschluss:	19. Mai 2013 24:00 Uhr

Fotos Carlo Ackermann - Kelkheim/Ts.



SkyRun for KIDS

7. SkyRun MesseTurm Frankfurt

„uffgerappelt...mitgedappelt“

26. Mai 2013



Preisgeld SkyRun MesseTurm Frankfurt

Sieger	750 €
Rang 2	500 €
Rang 3	250 €



Foto Harald Lipp - Kelkheim/Ts.

61 Etagen - 1.202 Stufen - 222 Höhenmeter

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



Altersklassen-Champions

Zusätzlich zum Gesamtsieger wird im Rahmen der Deutschen Towerrunning Championships in insgesamt 8 verschiedenen Altersklassen (Jugend I: 10-15, Jugend II: 16-19, 20-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60-69, > 70) der Titel des Deutschen Towerrunning Champion für die Altersklassen-Sieger vergeben.

Um den Titel sportlich zu legitimieren, wird der nationale Titel für die Altersklassen-Champions nur vergeben, wenn **mindestens 5 deutsche Läufer** in der jeweiligen Altersklasse teilnehmen.



61 Etagen - 1.202 Stufen - 222 Höhenmeter

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

7. SkyRun MesseTurm Frankfurt

„uffgerappelt...mitgedappelt“

26. Mai 2013

Towerrunning
World Cup



Informationen und Angebote zur Übernachtung

SkyRun - Hotel: Mövenpick

Einzelzimmer Standard: € 77,00 pro Nacht & Zimmer inkl. Frühstück
Doppelzimmer Standard: € 88,00 pro Nacht & Zimmer inkl. Frühstück

Diese Raten sind gültig während des gesamten Wochenendes (25.-26. Mai 2013)

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

hotel.frankfurtcity.reservierung@moevenpick.com



SkyRun - Hotel: Radisson Blu

Einzelzimmer Standard: € 70,00 pro Nacht & Zimmer inkl. Frühstück, W-LAN & Tiefgarage
Doppelzimmer Standard: € 82,00 pro Nacht & Zimmer inkl. Frühstück, W-LAN & Tiefgarage

Diese Raten sind gültig während des gesamten Wochenendes (25.-26. Mai 2013)

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...

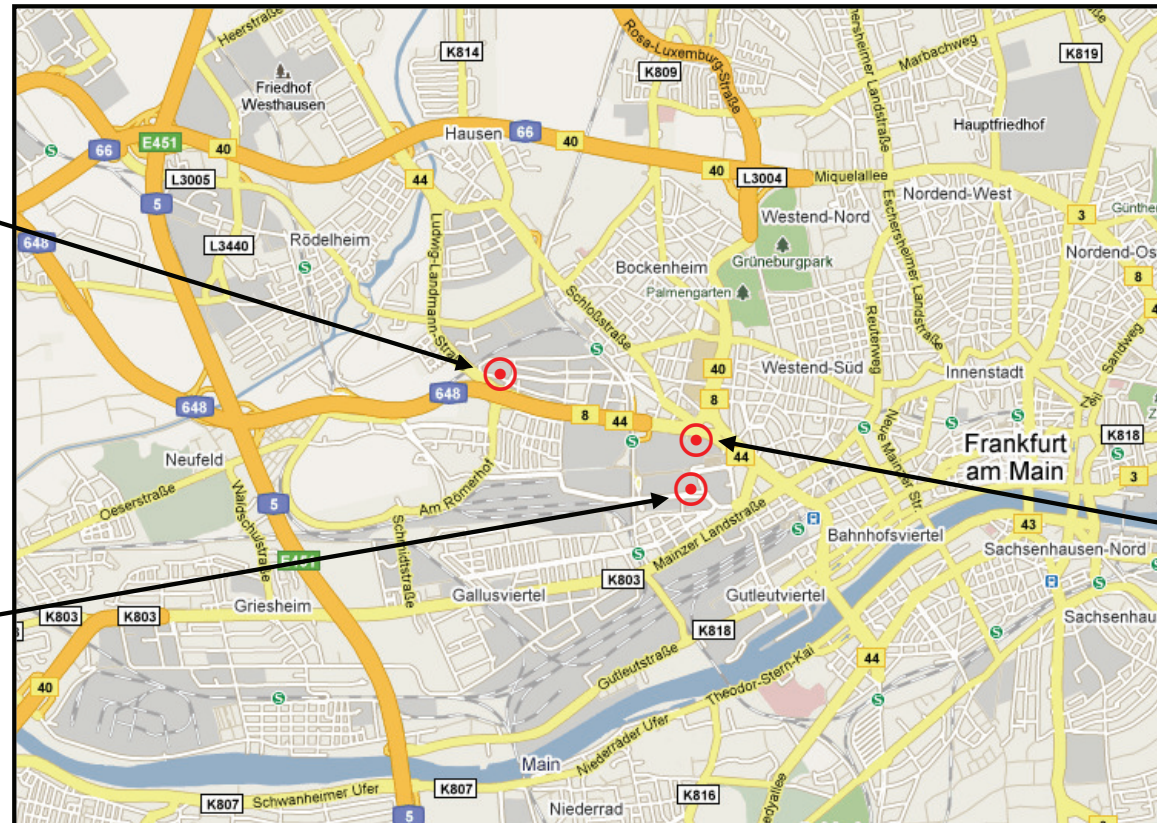
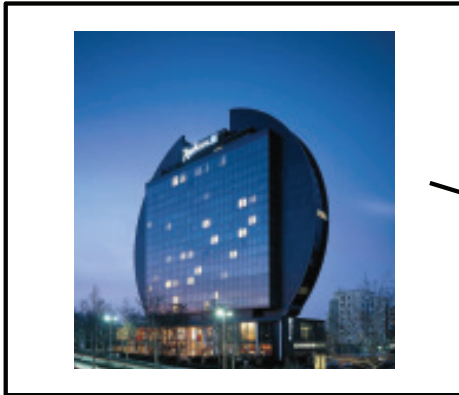
7. SkyRun MesseTurm Frankfurt

„uffgerappelt...mitgedappelt“

26. Mai 2013



Anreise



61 Etagen - 1.202 Stufen - 222 Höhenmeter

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



ARQUE

Die **AR**beitsgemeinschaft für **QUE**erschnittgelähmte 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 Gehirnwasserkreislaufes (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.

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...



Towerrunning World Cup

Seit Beginn des Jahres wird das **World Cup Ranking** von der neu gegründeten **Towerrunning World Association** geführt, die das Unternehmen Towerrunning, nationale Treppenlauf-Verbände, Athleten-Netzwerke sowie Organisatoren nationaler und internationaler Towerrunning-Events vereint und nun als offizieller Weltverband für die vertikale Trendsportart fungiert. Sie wird vom Medizinstudenten Sebastian Wurster (GER) in seiner Funktion als Präsident geleitet. Das **World Cup Ranking** setzt sich zum Ziel, die besten Athleten über die gesamte Saison hinweg zu ermitteln. Ein mathematisch ausbalanciertes Punktesystem, die Berücksichtigung vieler verschiedener Distanzen vom Sprintrennen über die Klassiker in den internationalen Wolkenkratzern bis zum Treppenmarathon sowie die differenzierte Evaluation aller Wettkampfmodi (Einzelzeitrennen, Massenstart, Turniersysteme, Multi Climbs, etc.) sollen für eine faire und angemessene Anerkennung möglichst vieler Facetten des Towerrunning-Sports sorgen. Das **World Cup Ranking** ist das derzeit einzige Treppenlauf-Wertungssystem, bei dem nahezu alle weltweit durchgeführten Events ausgewertet werden. Bei den mehr als 150 Rennen in 25 Ländern waren in der Saison 2012 über 105.000 Athleten am Start. Von besonderer Bedeutung für die Rangliste 2013 sind 18 sogenannte „Masters-Rennen“, zu denen neben dem „Empire State Building Run Up“ in New York (Wertungsfaktor 2,5) und dem „Taipei 101 Run Up“ (Wertungsfaktor 2,0) auch der SkyRun MesseTurm Frankfurt (Wertungsfaktor: 2,5) gehört. Der **Towerrunning World Cup** wurde seit der Einführung 2009 vier Mal in Folge von Thomas Dold (GER) gewonnen. Als Titelverteidigerin bei den Damen geht Suzanne Walsham (AUS) in die neue Saison. Das Weltcup-System beinhaltet auch ein Nationen-Ranking, welches das deutsche Team im Jahre 2012 erneut für sich entscheiden konnte.

www.towerrunning.com



Towerrunning World Cup Management
Sebastian Wurster (Präsident) - links
Michael Reichetzeder (Executive Director)



61 Etagen - 1.202 Stufen - 222 Höhenmeter

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

7. SkyRun MesseTurm Frankfurt

„uffgerappelt...mitgedappelt“

26. Mai 2013

Towerrunning
World Cup



MesseTurm Frankfurt

Beliebtes Wahrzeichen und architektonisches Highlight: Der MesseTurm Frankfurt. Charity-Event von Anfang an unterstützt.

Neben dem **Empire State Building** und dem **Taipei 101 in Taiwan** gehört der **MesseTurm Frankfurt** in den erlesenen Kreis der insgesamt 18 Wolkenkratzer, in denen Masters-Rennen des Towerrunning World Cup durchgeführt werden.

Das weit über die Region bekannte Landmark-Building fungiert seit nunmehr sieben Jahren als Gastgeber für den SkyRun MesseTurm Frankfurt und unterstützt damit aktiv das 2007 ins Leben gerufene Charity-Event von Anfang an.

Mit seinen fast 257 Metern Gesamthöhe dominiert der MesseTurm weithin sichtbar die Skyline Frankfurts. Von dem deutschstämmigen Amerikaner Helmut Jahn im Stil des Art Déco als Entrée für die Messe Frankfurt erbaut, avancierte der Wolkenkratzer mit der markanten Pyramidenspitze nach seiner Fertigstellung im Jahr 1991 schnell zum unverkennbaren Wahrzeichen der hessischen Finanzmetropole. Die 61 Etagen des MesseTurm bieten auf einer Gesamtfläche von fast 62.000 m² Platz für rund 3.500 moderne Büroeinheiten. Jede Etage hat eine Mietfläche von 1.200 m², nutzbar als Einzel-, Gruppen- oder Großraumbüros. Mit seiner Gesamthöhe von 257 Metern beherbergt der MesseTurm die höchsten Büroräume Deutschlands.

www.messeturm.com



61 Etagen - 1.202 Stufen - 222 Höhenmeter

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



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.



MESSE TURM

61 Etagen - 1.202 Stufen - 222 Höhenmeter

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



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 Teilnehmer 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.



61 Etagen - 1.202 Stufen - 222 Höhenmeter

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

7. SkyRun MesseTurm Frankfurt

„uffgerappelt...mitgedappelt“

26. Mai 2013

Towerrunning
World Cup



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...



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, Herzkrankgefäßverkalkung / 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...

ARQUE

7. SkyRun MesseTurm Frankfurt

„uffgerappelt...mitgedappelt“

26. Mai 2013

Towerrunning
World Cup



Förderer



MESSE TURM



powered by
langhans & wechs · av · gmbh
audio video data-it

IT PEOPLE
GmbH
here to connect



Medienpartner



Partner



ARQUE

Weltverband



Towerrunning
World Association

ARQUE

ARbeitsgemeinschaft für QUEerschnittgelähmte
mit Spina bifida Rhein-Main-Nahe e.V.
www.arquelauf.de

bedankt sich für Ihre aktive Unterstützung