

RUN5

TEAMSTAFFEL

WIESBADEN



EVENTBOOKLET

12.08.2026

5

 5 KM

 KURHAUS WIESBADEN

5 FÜR VIELFALT



run5.de/wiesbaden

RUN5 TEAMSTAFFEL WIESBADEN

Die RUN5 TEAMSTAFFEL WIESBADEN feiert Premiere – ein besonderer Moment, bei dem Teamgeist spürbar wird: Am 12. August 2026 gehen Teamstaffeln mit je fünf Läufer/-innen gemeinsam an den Start. Gelaufen werden je 5 km als Staffel durch den Kurpark – auf einem 2,5-km-Rundkurs, der zweimal absolviert wird. Dabei übergeben die Staffelmmitglieder in den Wechselzonen den Staffelstab an das jeweils nächste Staffelmmitglied. Auf der abwechslungsreichen Strecke durch den Wiesbadener Kurpark zählt nicht nur die Zeit, sondern vor allem das Miteinander, das Anfeuern und der gemeinsame Erfolg. Beim anschließenden Get-Together vor dem Kurhaus wird dieser Teamspirit gefeiert – gekrönt von einem wohlverdienten Sixpack ERDINGER Brauhaus Helles Alkoholfrei für jede Teamstaffel. Wir freuen uns auf euch!



MIT EURER TEILNAHME GUTES TUN

Bei der RUN5 TEAMSTAFFEL WIESBADEN ist eine Teilnahme als Charity-Startler möglich. Merke dir die Option unbedingt für deine Teilnahme im nächsten Jahr, denn der Aufpreis von 5 € pro Charity-Startplatz, also 25 € pro Staffel, geht vollständig als Spende an den EVIM – dem Evangelischen Verein für Innere Mission.

ZEITPLAN

15:00 Uhr

Öffnung des Eventareals und Ausgabe der Startunterlagen

Ab 15:30 Uhr

Unterhaltung im Eventareal mit DJ und Moderation

16:00 bis 20:00 Uhr

Abholung des Sixpacks ERDINGER Brauhaus Helles Alkoholfrei
(Gutschein befindet sich an den Startunterlagen)

Ab 16:45 Uhr

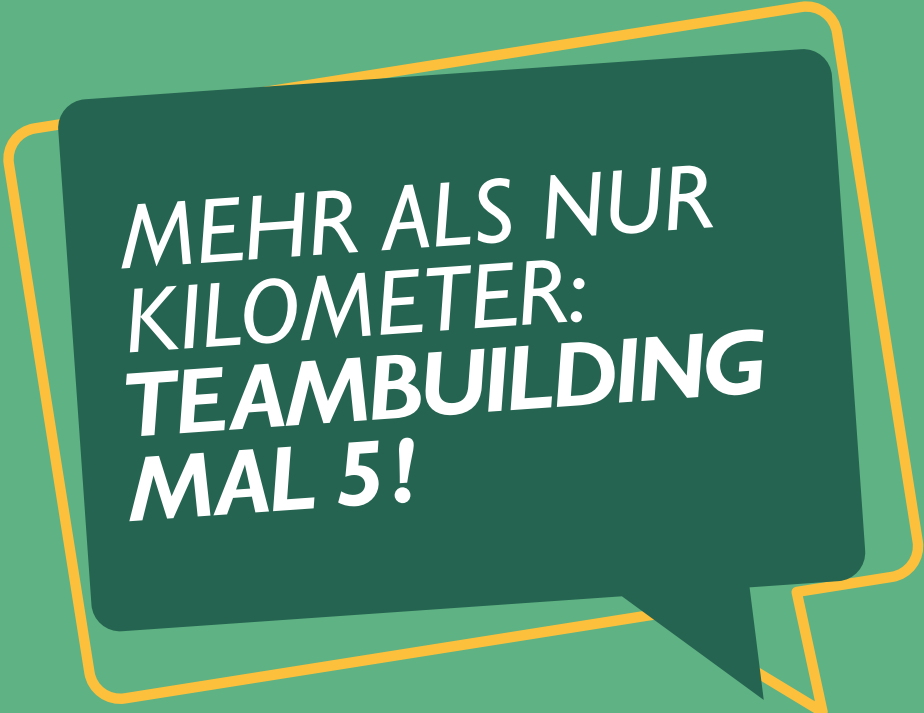
Offizielles Foto (alle Läufer/-innen gerne beim Startbereich platzieren)
Ausgabe der Staffelstäbe an die Startläufer/-innen im Startbereich
und Startaufstellung

17:00 Uhr

Startschuss für die Teamstaffeln

22:00 Uhr

Ende der Veranstaltung



**MEHR ALS NUR
KILOMETER:
TEAMBUILDING
MAL 5!**



ES IST UNSERE TIEFE ÜBERZEUGUNG, DASS VIELFALT PER SE EIN HOHES GUT DARSTELLT.

Egal ob als Sportteam, als Unternehmen oder als Gesellschaft: Vielfalt macht uns kreativer, erfolgreicher, besser. Vielfalt macht unser Leben abwechslungsreich und interessant. Durch Vielfalt lernen wir beständig hinzu und entwickeln uns weiter. Und Vielfalt bedeutet in diesem Falle für uns vor allem: Die Vielfältigkeit der Menschen, denen wir begegnen und mit denen wir uns umgeben.

Bei der RUN5 TEAMSTAFFEL finden seit jeher Sport und Wirtschaft zusammen – und für beide ist Vielfalt ein essenzieller Faktor. Nicht zufällig zählen drei wesentliche Werte unseres Unternehmensleitbildes auf das Thema Vielfalt ein: „Fairness“, „Gemeinsamkeit“ und „Verantwortungsbewusstsein“ finden sich als Kerne des von unseren Mitarbeitenden vor rund vier Jahren definierten Leitbildes von B2Run.

Die verbindende Wirkung des Sports begeistert uns beständig auf's Neue und diese Begeisterung wollen wir immer wieder mit möglichst vielen Menschen teilen. Bei B2Run Events begegnen sich jedes Jahr zehntausende Menschen. Uns ist es dabei wichtig, eine einladende Kultur zu schaffen und ALLEN respektvoll und offen gegenüberzutreten, völlig ungeachtet von Geschlecht, Herkunft, Religion, Alter, Überzeugungen und Orientierungen.

Auch wenn sich dies schon immer in unserem Denken und Handeln ausgedrückt hat, scheint es uns nun an der Zeit, dies auch explizit in unserer Kommunikation zum Ausdruck zu bringen.

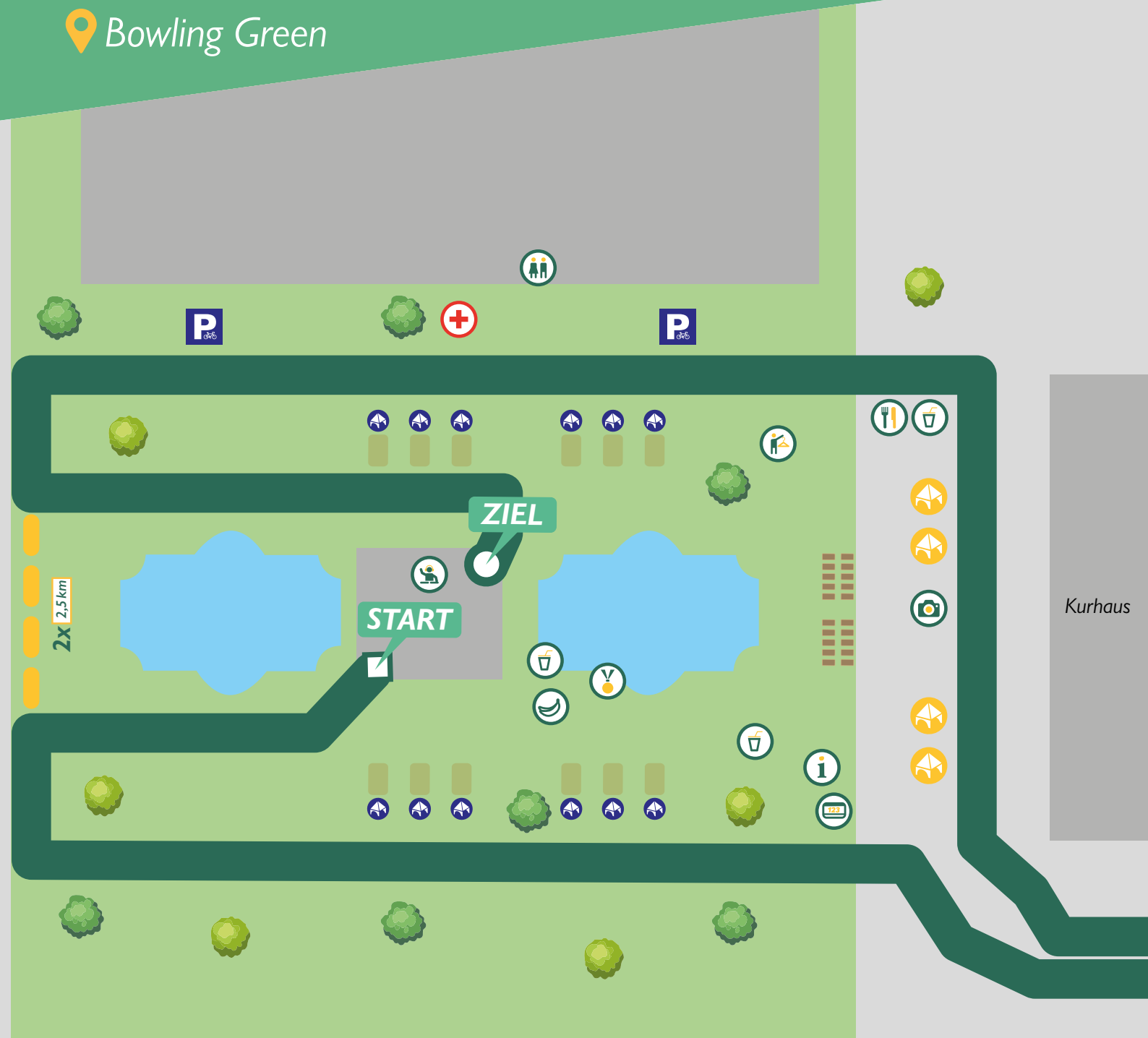
Natürlich kann Vielfalt zuweilen auch herausfordernd sein – aber wir lieben Herausforderungen! (Nicht nur, weil wir Sportler/-innen sind.) Wir möchten heute und in Zukunft in einer offenen, bunten und demokratischen Gesellschaft leben und arbeiten.

Daher stehen wir als Team Gemeinsam für Vielfalt ein.

5 FÜR VIELFALT

LAGEPLAN

 Bowling Green



INFO



TOILETTE



CATERING



ZIELVERPFLEGUNG



DJ



UMKLEIDE



FOTOWAND



ERDINGER
FINISHER GETRÄNK



STARTNUMMERN-
AUSGABE



MEDAILLENAUSGABE



PARTNERSTAND



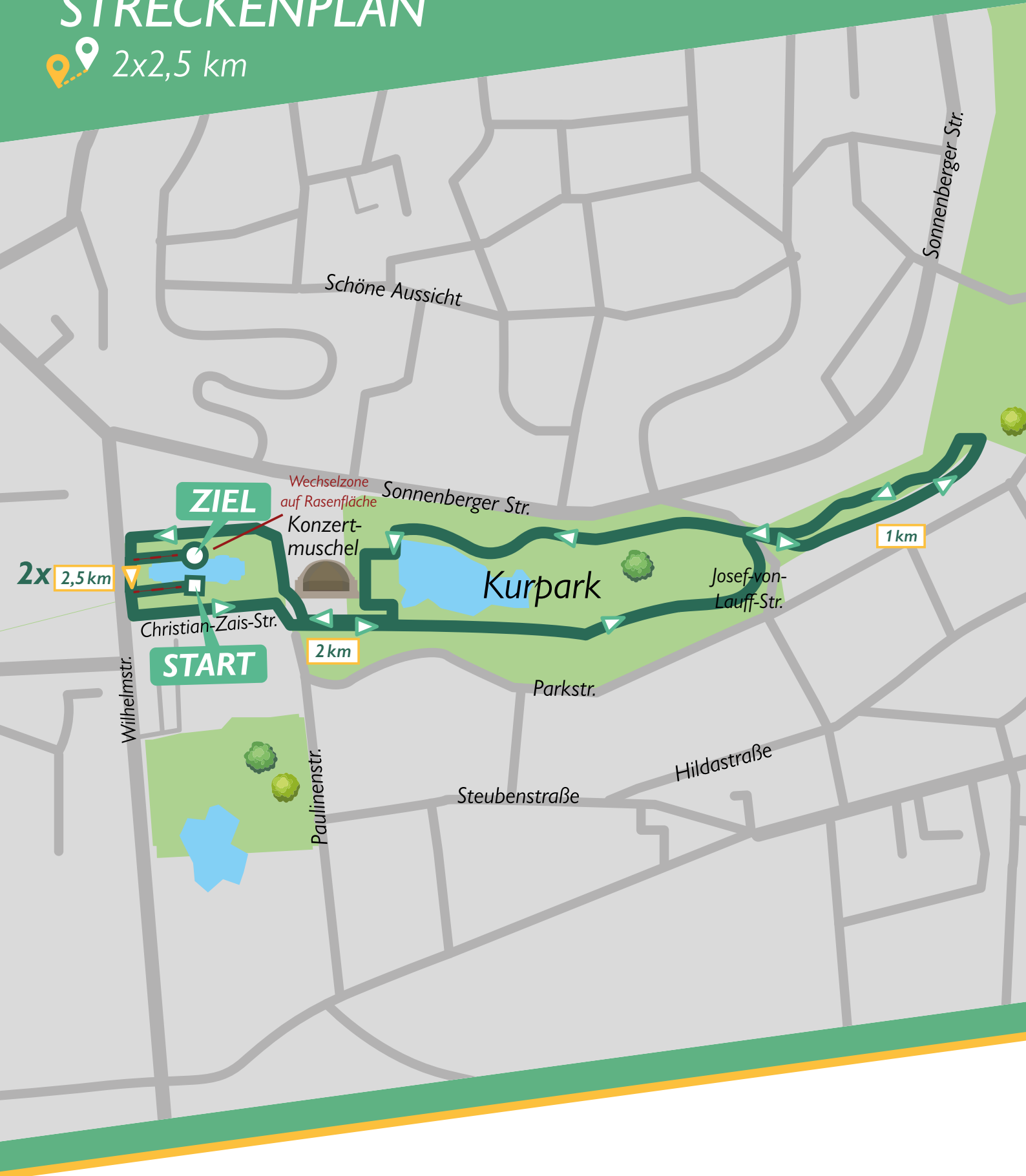
TEAMSTAND



ERSTE HILFE

STRECKENPLAN

 2x2,5 km



 ZUM STRECKENVIDEO

Wechselzone auf Rasenfläche

ALLES ZUM START UND ZIEL

START- UND ZIELBEREICH

Bitte findet euch mind. 10 Minuten vor eurem Start im Startbereich ein. Die Person, die die Strecke zuerst läuft, erhält mit Eintritt in den Startbereich den Staffelstab. Der/die Schlussläufer/-in gibt ihn am Ende zurück.

Im Zielbereich bitten wir alle Teilnehmer/-innen, nicht stehen zu bleiben und sich nach der Staffelstabübergabe zügig in Richtung Zielversorgung und Eventareal zu begeben.

STAFFELSTABÜBERGABE „DER WECHSEL“

Die Übergabe des Staffelstabs findet in der Wechselzone statt. Die Wechselzone befindet sich im Start-Zielbereich. Dazu werden die Startblöcke „1-99“, „100-199“, „200-299“ usw. eingerichtet. Die Läufer/-innen gehen, **entsprechend ihrer Startnummer**, in den jeweiligen Block. Wenn der/die erste Läufer/-in die Wechselzone erreicht, läuft dieser in Richtung der Startblöcke und übergibt den Staffelstab an den/die nächste/-n Läufer/-in. Erst wenn der Staffelstab übergeben wurde, darf der/die nächste Läufer/-in zur Runde starten. Den Zugang zur Wechselzone erhalten nur die als nächstes laufenden Teilnehmer/-innen. Es erfolgt eine Einlasskontrolle.

Die Startnummern haben oben eine Nummer von 1-5. Nummer 1 läuft als Startläufer/-in, Nummer 5 geht als letzte/-r Läufer/-in auf die Strecke. Die Startnummern müssen deutlich sichtbar auf der Brust befestigt werden. Sicherheitsnadeln zum Befestigen liegen den Startunterlagen bei.

STARTZEIT 17 UHR



LAUFKNIGGE

STARTAUFSTELLUNG

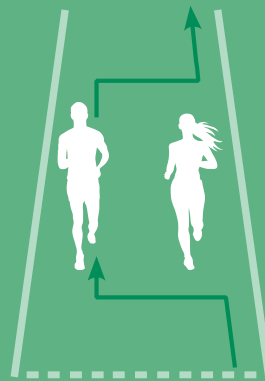


Wie willst
du laufen?

Ambitioniert:
VORNE aufstellen

Gemütlich:
HINTEN aufstellen

STRECKE



Grundsätzlich
Rechts laufen

Zum Überholen
kurz nach links

Direkt wieder
rechts einordnen

Bitte beachten für das Laufvergnügen aller Teilnehmenden!

Wir möchten, dass die RUN5 TEAMSTAFFEL für alle so schön wie möglich wird. Deshalb bitten wir dich eindringlich, unseren Laufknigge einzuhalten. Das heißt, dass du dich am Start als gemütliche/-r Läufer/-in eher hinten aufstellst und als ambitionierte/-r Läufer/-in eher vorne innerhalb des jeweiligen Startblocks.

Auf der Strecke gilt: Laufe grundsätzlich rechts! Wenn du jemanden überholen möchtest, schere kurz nach links aus, ordne dich dann aber sofort wieder rechts ein, sobald dies möglich ist.

Haltet euch bitte ebenso daran, nicht in Gruppen nebeneinander zu laufen und so mehr als die Hälfte der Streckenbreite in Anspruch zu nehmen. Gerade auf dem ersten halben Kilometer nach dem Start sollte man maximal zu zweit nebeneinander laufen.

Gegenseitige Rücksichtnahme und die Beachtung dieser einfachen Laufknigge-Regeln sind entscheidend, um ein flüssiges Laufen auf der Strecke zu gewährleisten. So trägt ihr nicht nur zur Sicherheit aller Beteiligten bei, sondern erhöht auch den Spaßfaktor auf der Strecke.

WERTUNGEN

Bei der RUN5 TEAMSTAFFEL geht es um die Teamleistung. Daher werden keine Einzelzeiten gemessen, sondern die Laufzeit der Teamstaffel.

Geehrt mit Gold- Silber- und Bronze-Staffelstäben werden die drei schnellsten Staffeln in den Kategorien: Männer, Frauen und Mixed. Unter die Kategorie Mixed fallen alle Staffeln, bei denen weibliche und männliche Läufer/-innen starten, unabhängig von der Verteilung von Frauen und Männern in einer Staffel.)

Für den Sieg in den Wertungskategorien kommen nur Staffeln in Frage, bei denen fünf verschiedene Teilnehmende je einmal die Strecke laufen und keine/-r der Läufer/-innen mehrfach die Strecke absolviert.



A BIS Z

ANFAHRT

Wir empfehlen die Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln oder mit dem Fahrrad!

Mit dem Fahrrad:

Es stehen Fahrradparkplätze auf dem Gelände zur Verfügung.

Mit ÖPNV:

Mit den Linien 1, 8 oder 16 bis zur Haltestelle Kurhaus/Theater, anschließend ca. 2 Min zu Fuß bis zum Eventareal.

Mit dem Auto:

Für Autos stehen rund um das Kurhaus öffentlichen Parkplätze zur Verfügung, z.B. Parkgarage Kurhaus oder Parkhaus Theater.

Hier siehst du in Google Maps wo die RUN5 TEAMSTAFFEL Wiesbaden stattfindet.

CATERING

Es gibt öffentliches Catering auf dem Eventareal. Speisen und Getränke können vor Ort per Bon (Bons können am Infopoint erworben werden), bar oder mit der Karte bezahlt werden.

ERGEBNISSE, BILDER & URKUNDE

Euer Ergebnis sowie eure Teamurkunde werden euch am Tag nach eurem Lauf auf www.run5.de zur Verfügung stehen. Dort werden zudem eine Reihe toller Eventbilder online gestellt.

GESUNDHEIT UND SICHERHEIT

Geht nur gesund an den Start und trinkt am Tag des Laufs ausreichend Wasser! Wir stellen im Ziel sowie auf der Strecke Getränke zur Verfügung – dennoch ist eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr bereits im Vorfeld wichtig.

HAFTUNG

Für gesundheitliche Schäden, Unfälle, Diebstahl und sonstige Schäden (auch in der Umkleide) wird keine Haftung übernommen.

MÜLLENTSORGUNG

Für die RUN5 TEAMSTAFFEL werden zusätzliche Müllbehälter aufgestellt. Wir möchten euch bitten, der Umwelt zuliebe und zur Erhaltung des Parks den entstehenden Müll in den dafür vorgesehenen Müllbehältern zu entsorgen.

PERSÖNLICHES LAUFVIDEO

Damit du dich immer wieder an deine Leistung erinnern kannst, kannst du nach dem Event ein individuelles Laufvideo deiner Staffel abrufen, das dich beim Start und bei deinem emotionalen Zieleinlauf zeigt. Das Video findest du am Tag nach der Veranstaltung auf unserer Ergebnisseite unter www.run5.de.

A BIS Z

SANITÄRE ANLAGEN

Toiletten befinden sich in den Kurhauskolonaden. Duschmöglichkeiten werden nicht angeboten.

STAFFELSTÄBE

Jedes Team erhält mit dem Eintritt des Startläufers/-in im Startkanal einen Staffelstab. Dieser wird in der auf der Startnummer angegebenen Reihenfolge nach jeder Laufrunde in der Wechselzone weitergegeben. Der/die Schlussläufer/-in gibt den Staffelstab im Ziel wieder zurück.

UMKLEIDE

Umkleiden sind auf dem Gelände vorhanden und sind auf dem Lageplan zu finden. Duschen können wir leider nicht zur Verfügung stellen.

URKUNDE

Nach der Veranstaltung steht für alle Teilnehmenden auf unserer Website eine individuelle Urkunde zum Download bereit. Die Urkunde findest du unter www.run5.de im Bereich ‚Ergebnisse‘.

ZEITNAHME

Bei der RUN5 TEAMSTAFFEL kommt es auf die Teamleistung an. Daher wird ausschließlich die Laufzeit der Teamstaffel gemessen. Die Zeiterfassung beginnt automatisch mit dem Startschuss und endet, wenn das fünfte Teammitglied nach seinen 5km im Ziel ankommt.



POSTET EURE MOMENTE

ERLEBT DIE RUN5 TEAMSTAFFEL AUF ALLEN PLATTFORMEN

Videos mit den besten
Event-Impressionen

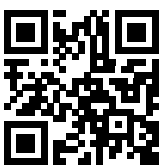
Austausch mit der
RUN5-Community

Blick hinter die Kulissen
des **RUN5-Teams**

Bildergalerien mit den
schönsten RUN5-Momenten

Gewinnspiele & Aktionen
mit attraktiven Preisen

NEWSLETTER



Meldet euch für unseren Newsletter an und verpasst keine Updates zur
RUN5 TEAMSTAFFEL!

Als Dankeschön gibt's exklusiv über den Newsletter gratis Laufpläne
für Einsteiger/-innen und Fortgeschrittene!



run5.de



/run5teamstaffel



@run5teamstaffel

UNSERE PARTNER 2026

NATIONALE PARTNER

DAK
Gesundheit

HANSEFIT
by **epassi**

ERDINGER
BRAUHAUS

artiva[®]
customized sportswear



RAW•BITE
The Organic Fruit & Nut Bite

Plakat-
verkauft.de

First Climate

REGIONALE PARTNER

antenne
WIESBADEN

EDEKA
FOODSERVICE

EVIM
Mit Menschen

wiesbadenaktuell.de
... online besser informiert

RUN5

TEAMSTAFFEL

WIESBADEN



INFRONT B2RUN GMBH

Büro München
Hermann-Weinhauser-Straße 73
81673 München
Tel +49 (0)89 460 88 96 0

Büro Köln
Bunzlauer Str. 1
50858 Köln
Tel +49 (0)221 650 36 70

5 FÜR VIELFALT

EIN UNTERNEHMEN VON



run5.de



[/run5teamstaffel](https://www.facebook.com/run5teamstaffel)



[@run5teamstaffel](https://www.instagram.com/run5teamstaffel)

infront