VIRTUAL EASTER RUN – Dein virtueller Osterlauf!

+++ Fit bleiben und für den Firmenlauf trainieren+++

Die Planungen für das diesjährige Osterfest wurden, wie das generelle Leben, aufgrund der aktuellen Pandemie auf den Kopf gestellt. Ein geselliges Feiertagsessen mit der ganzen Familie oder die Ostereiersuche bei herrlichem Wetter mit den Liebsten im Park werden in diesem Jahr nicht möglich sein. Um dennoch gut durch die Tage zu kommen, starten die Veranstalter des ASTech Firmenlauf Ingolstadt nochmals eine kostenlose, virtuelle Team-Aktion: **Den Virtual Easter Run!**

In Zusammenarbeit mit dem Titelsponsor ASTech als auch den Hauptsponsoren Autohaus Hofmann, AOK, Edeka und Nordbräu wollen die Organisatoren rund um das Team von n plus sport zu mehr sportlicher Betätigung animieren. Darüber hinaus wird es in den kommenden Wochen hilfreiche Tipps und Ideen zu den Themen Laufen, Homeworkouts, Laufequipment und motivierende Musik-Playlists geben. Insbesondere in Zeiten von Ausgangsbeschränkungen und Monotonie ist es wichtig, auf die Gesundheit zu achten und den Alltag, soweit es geht, abwechslungsreich zu gestalten. Bei der Online-Anmeldung zum Virtual Easter Run können die Teilnehmerinnen und Teilnehmer zwischen zwei Wertungskategorien wählen: **„5 km-Lauf“ auf Zeit oder die „freie Distanz“ ohne Zeitnahme**. Mitmachen kann jeder sportbegeisterte oder -neugierige Läufer. Der Lauf kann zwischen dem 9. und 13. April (**Gründonnerstag bis Ostermontag**) absolviert werden. Nachgewiesen wird die Laufdistanz als Screenshot per E-Mail über eine vorher installierte Laufapp oder ein anderes Tracking-Modul. Im Anschluss erhält jeder Läufer als Erinnerung eine personalisierte Online-Urkunde zum Download. „Mit der Aktion möchten wir den Zusammenhalt untereinander stärken. Gerade über die Festtage ist es sicherlich nicht einfach, motiviert und aktiv zu bleiben! Umso schöner ist es, dass wir gemeinsam mit unseren Partnern ein tolles Programm auf die Beine stellen konnten. Mit unseren Ideen möchten wir für ein wenig Ablenkung und fröhliche Gedanken sorgen“, sagt Ralf Niedermeier, Geschäftsführer der ausrichtenden Agentur n plus sport GmbH. Über Social Media werden die zahlreichen Geschichten und Bilder der Läuferinnen und Läufer veröffentlicht. Alle weiteren Informationen sind auf der Webseite www.firmenlauf-ingolstadt.de zu finden.

Der ASTech Firmenlauf Ingolstadt wurde bereits von Ende Mai auf Donnerstag, 24. September verschoben. Es bleibt abzuwarten, wie sich die nächsten Wochen und Monate entwickeln und ob Großveranstaltungen im Herbst wieder möglich sein werden. „Selbstverständlich stehen wir im stetigen Austausch mit den zuständigen Behörden und

beobachten die Situation ganz genau. Die Gesundheit unserer Teilnehmer steht immer an oberster Stelle," erklärt Ralf Niedermeier. Neuigkeiten werden sowohl auf der Webseite, wie auch auf Social Media und über die Presse bekannt gegeben.

Weitere Informationen unter www.firmenlauf-ingolstadt.de, firmenlauf-ingolstadt@nplussport.de oder auf Facebook www.facebook.com/firmenlaufingolstadt

ASTech Automotive Safety Technologies
Autohaus HOFMANN Ein Unternehmen der HWGruppe.
AOK Die Gesundheitskasse.
EDEKA
Privat Brauerei NORDBRÄU INGOLSTADT
Jesuiten Quelle
Penther & Partner Betriebliche Gesundheitsförderung Physiotherapie
Orizon Unser Job ist gutes Personal
DECATHLON
APAYA
ONLINEPRINTERS
DONAUKURIER
RADIO GALAXY Ingolstadt
DAS ORIGINAL
PLAN INTERNATIONAL Gibt Kindern eine Chance
RUKU event