



STEFAN RIEDEL  
Initiator der Veranstaltung



THORSTEN PETER  
Herr der Strecke

## lich willkommen

zum nördlichsten Marathon Deutschlands. Vieles hat sich bereits bewährt und bleibt bestehen. Es gibt aber auch einige Veränderungen. Aufgrund einer notwendigen Straßensanierung kann die Marineschule nicht durchlaufen werden. Daher wird der Marathon auf 4 und der Halbmarathon auf 2 flachen und dadurch schnelleren Runden à 10,55 km ausgetragen. Wir sind sehr gespannt, wie euch dieser Bestzeitenkurs gefällt! Die Startunterlagenausgabe und die Messe werden in die VR Bank Nord verlegt und rücken damit noch näher an den Start/Zielbereich heran. Neu ist, dass die Staffelwechsel allesamt an der Hafenspitze erfolgen - ein klarer Vorteil für den Teamgeist. Damit werden auch die Wege noch kürzer. Wir wünschen euch im Namen des ganzen Teams eine gute Vorbereitung und einen großartigen Lauf!



ANNA UND LISA  
HAHNER

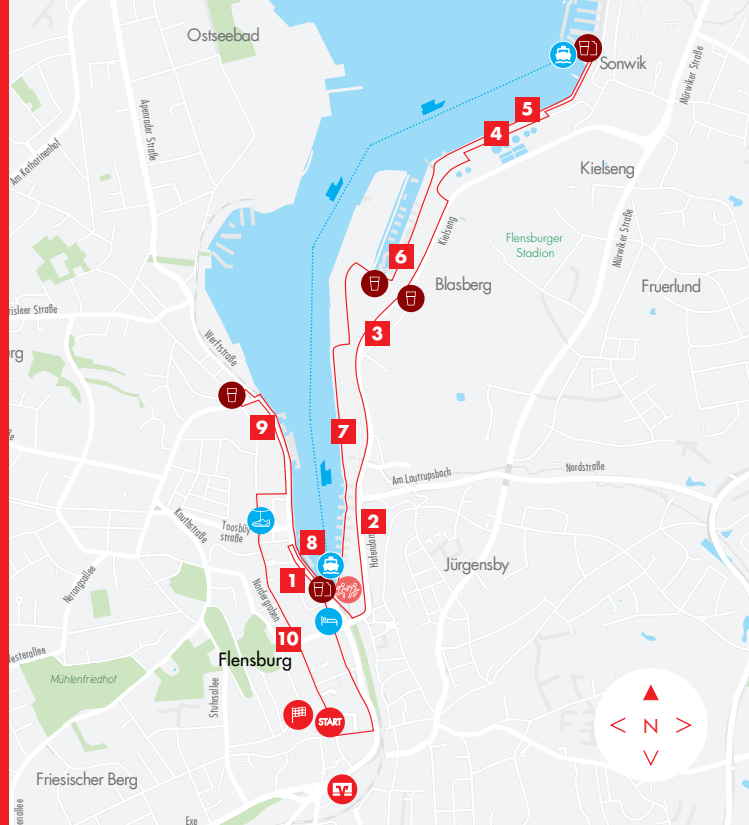
## Hahnertwins

Wir freuen uns sehr, beim 3. Flensburg liebt dich Marathon als Schirmherrinnen dabei zu sein. Es ist toll, dass es solche Veranstaltungen gibt. Laufen verbindet Menschen und bringt sie zusammen. Jeder, der schon mal einen Marathon gelaufen ist oder sich einen Marathon live vor Ort angeschaut hat, weiß, was für eine besondere Atmosphäre dort herrscht. Es geht darum, seine eigenen Ziele zu erreichen und mit vielen anderen Menschen ein Lauffest auf und an der Strecke zu feiern.

## Liebe Lauffreunde,

bereits zum dritten Mal wird der Flensburg liebt dich Marathon veranstaltet. Als Namensgeber und Mitinitiatoren des Events sind wir stolz, dass unsere Stadt ein starkes und sportliches Aushängeschild hat. Denn auch so tragen wir dazu bei, Flensburg als Standort zu stärken und weitere Firmen und Fachkräfte anzuziehen.

DER VORSTAND  
Die schönste Förde der Welt e. V.  
[www.flensburg-liebt-dich.de](http://www.flensburg-liebt-dich.de)



STRECKE: vier Runden à 10,55 km

- Start
- Ziel
- Vollverpflegung
- Wasserstand
- Sanitäter und Toiletten sind an allen Verpflegungspunkten vorhanden.
- Staffelwechsel Hafenspitze
- Kilometerangabe
- Abholung Startunterlagen und Messe

## Unsere Crew freut sich über Verstärkung!

Bitte melde dich bei:  
[helfer@flensburg-marathon.de](mailto:helfer@flensburg-marathon.de)

## Hahnertwins-Event

Am Donnerstag, den 9. Mai 2019 um 20 Uhr laden wir mit dem sh:z Medienhaus in die Waldorfschule ein. Anna und Lisa Hahner möchten uns für 42 km und ein ganzes Jahr motivieren. Exklusiv gibt es um 17.30 Uhr ein Laufseminar mit den beiden.  
Kartenverkauf: [www.shz.de/marathon](http://www.shz.de/marathon)

# 3. Flensburg

# liebt dich

# MARATHON

# 23. Juni

# 2019

Marathon · Halbmarathon · Staffelmarahton  
Kidslauf · Bambinilauf  
Jetzt anmelden: [www.flensburg-marathon.de](http://www.flensburg-marathon.de)



FLENSBURGER TAGEBLATT



# Das Programm

## 22. JUNI

9 bis 18 Uhr: Startunterlagenausgabe, Nachmeldungen, Carbo-Party, Informationen und öffentliche Sportmesse in der VR Bank Nord, Friedrich-Ebert-Str. 9, 24937 Flensburg

## 23. JUNI

Ab 7 Uhr: Nachmeldungen und Startunterlagenausgabe in der VR Bank Nord.

Informationen, Kleiderbeutelbewahrung, Medaillen-gravur, Massagen und Siegerehrung in der Flensburg Galerie.

8 bis 16 Uhr: Moderation, Musik und Gastronomie an den Hotspots Südermarkt, Hafenspitze, Sonwik und Nordertor.



# Das Shirt 2019



# Die Läufe

## UHRZEITEN

8.20  
Bambinilauf (bis 5 Jahre)



8.30  
Kidslauf (von 6 bis 11 Jahren)



9.00  
Marathon (unser Hauptlauf)



9.10  
Staffelmarathon (für 2 bis 7 Teilnehmer)



9.20  
Halbmarathon



## Unsere Extras

Marathon-Landesmeisterschaft SH 2019,  
2 Kinderläufe, Sonderwertungen Deutscher Alpenverein und Freie Waldorfschulen, der Halbmarathon wird Wertungslauf im Zippel's Nord Cup

Zwillingsstaffeln laufen gegeneinander:  
Wer startet jeweils mit Anna oder Lisa im Team?  
Eineiige Paare dürfen sich bewerben unter:  
[kontakt@flensburg-marathon.de](mailto:kontakt@flensburg-marathon.de)



4 Runden entlang der Förde  
atemberaubend schöne Strecke, reichhaltige Versorgung,  
umfangreicher Service, begeisternde Stimmung

## Probeläufe

zum Kennenlernen der Strecke und als  
gemeinsames Training, Termine und Infos  
auf [www.flensburg-marathon.de](http://www.flensburg-marathon.de)

