

DAS SHIRT 2023



Unsere Extras

Marathon-Landesmeisterschaften SH 2023
ZIPPEL'S Nord.Cup (Wertungslauf 10 km)
SHLV-Schüler-Cup 2023

Alle Strecken sind amtlich vermessen und damit Bestenlisten fähig.

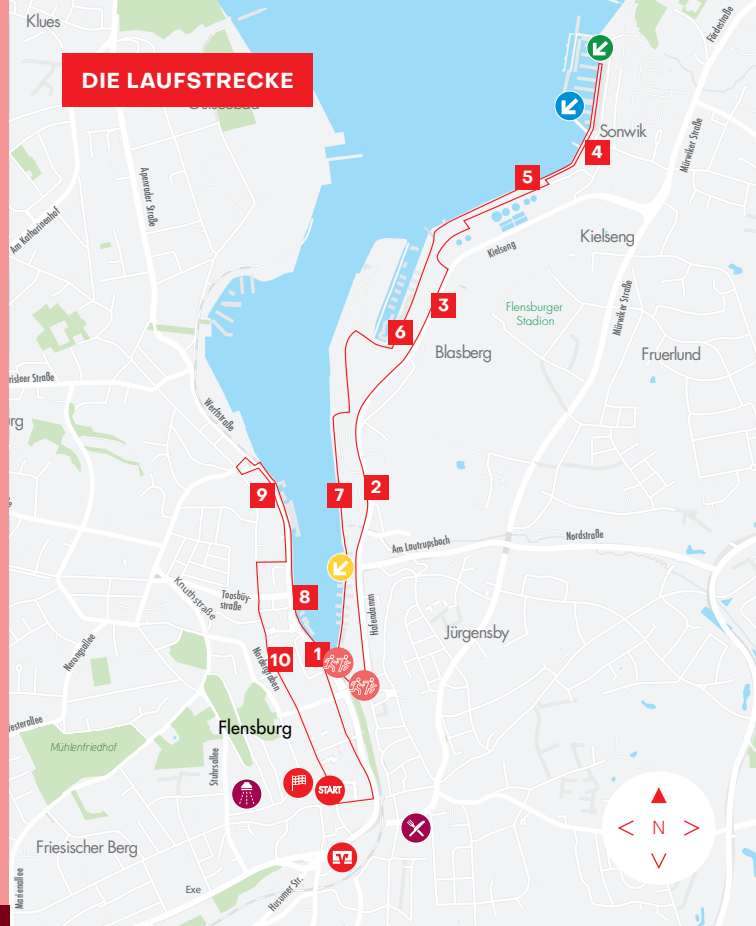
Probeläufe

Zum Kennenlernen der Strecke und als gemeinsames Training – sonntags, 10 Uhr,
Südermarkt: 05.03., 16.04., 21.05., 18.06., 16.07., 13.08.
Alle Infos auf www.flensburg-marathon.de



Unsere Crew freut sich über Verstärkung!

Wenn du uns helfen möchtest, nutze bitte das Kontaktformular auf unserer Homepage oder schreibe an helfer@flensburg-marathon.de



DIE LAUFSTRECKE

MARATHON UND STAFFELN: 4 RUNDEN À 10,55 KM, HM: 2 RUNDEN.

START **ZIEL** **AVS** Abholung Startunterlagen **SW** Staffelwechsel 1 und 2
Sanitäter und Toiletten sind an allen Verpflegungspunkten vorhanden.

1 Kilometerangaben der Runde **W** Wendepunkt Marathon und Halbmarathon **L** Wendepunkt 10 km Lauf **A** Abzweigung 5 km Lauf

D Duschen AVS **CP** Carbo-Party im Kontraste

WIR DANKEN

dem Druckhaus Leupelt
für die Unterstützung
zur Herstellung
dieses Folders

**DRUCKHAUS
LEUPELT**

SAVE THE DATE

**6. FLENSBURG
LIEBT DICH
MARATHON**

1. September 2024

5. FLENSBURG LIEBT DICH MARATHON

3. SEPTEMBER 2023

www.flensburg-marathon.de

- MARATHON
- HALBMARATHON
- STAFFELMARATHON
- 10 KM LAUF
- 5 KM LAUF
- BAMBINI- UND KIDSLAUF



STEFAN RIEDEL
Initiator der Veranstaltung



THORSTEN PETER
Herr der Strecke



Herzlich willkommen

im Spätsommer an der schönsten Förde der Welt. Wir freuen uns sehr, mit dem 1. Sonntag im September nunmehr einen festen Termin für unsere Veranstaltung gefunden zu haben. Auch bei der 5. Auflage ist und bleibt der Marathon die Königsdisziplin, die von ihrem Mythos nichts verloren hat. Daneben bieten wir ein nochmal breiteres Spektrum an Läufen an: Die Staffeln kehren zurück, 5 und 10 km Lauf werden fester Bestandteil des Events. Einige Neuerungen aus 2022 haben sich bewährt. So wird die Carbo-Party wieder im Restaurant „Kontraste“ angeboten und die Duschen nutzen wir erneut in der AVS. Die abwechslungsreiche, wunderschöne Strecke und die fantastische Atmosphäre verschaffen euch hoffentlich wieder oder erstmals prägende, emotionsgeladene Momente. Wir wünschen allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern viel Erfolg und Freude beim 5. Flensburg liebt dich Marathon, den Besucherinnen und Besuchern wünschen wir viel Spaß und erlebnisreiche Stunden.

Liebe Läuferinnen und Läufer,



gemeinsam in Bewegung sein, neue Horizonte entdecken und einander begegnen. Aspekte, die uns bei FRS wichtig sind und Aspekte, die gerade das Laufen ermöglicht. Insofern freuen wir uns ganz besonders darüber, den Flensburg liebt dich Marathon dieses Jahr erstmalig als Premiumsponsor unterstützen zu können. In diesem Sinne: Werden Sie Teil des FRS Running Worldwide 10 km Laufs – wir freuen uns auf Sie!

DAS FRS TEAM

Liebe Lauffreundinnen und Lauffreunde,

dass der Flensburg liebt dich Marathon nun schon zum fünften Mal stattfinden kann, freut uns als Namensgeber und Unterstützer selbstverständlich sehr. Denn dieses sportliche Ereignis passt zu unserem Wunsch, Flensburg als dynamischen, lebenswerten und einzigartigen Ort zu präsentieren: Hier lebt und arbeitet es sich einfach am besten. Mit dem Marathon wird das noch mal deutlicher – er verbindet Generationen, sorgt für Begeisterung und zeigt dieses besondere Gefühl von Gemeinschaft!

DER VORSTAND
DIE SCHÖNSTE FÖRDE DER WELT E.V.

www.flensburg-liebt-dich.de

DAS PROGRAMM

Samstag
02.09.
10–17 Uhr

Startunterlagenausgabe,
Nachmeldungen und
Informationen

VR Bank Nord eG
Friedrich-Ebert-Str. 9
24937 Flensburg

Sonntag
03.09.
07–12 Uhr

Startunterlagen-
ausgabe

VR Bank Nord eG

Sonntag
03.09.
08–16 Uhr

Informationen,
Kleiderbeutelauflaufbewahrung,
Medaillengravur, Massagen
und Siegerehrung

Flensburg Galerie
Holm 57–61
24937 Flensburg

DIE LÄUFE

UHRZEITEN

BABYLONE
... von Anfang an!

Bambinilauf
(bis 5 Jahre)

8:20

**MR. SCANDIS
FUNPARK**
One place to play

Kidslauf
(von 6 bis 11 Jahren)

8:30

**VR Bank
Nord eG**

Marathon
(mit Landesmeisterschaft)

9:00

BECKMANN
— DIE KÜCHE —

Staffelmarathon
(für 2 bis 7 Läufer*innen)

9:05

AOK
Die Gesundheitskasse.

5 km Lauf
(halbe Runde, ganzer Spaß –
auch für den SHLV-Schüler-Cup)

9:20

**JACOB CEMENT®
BAUSTOFFE**

Halbmarathon
(halbe Distanz,
volle Atmosphäre)

10:45

FRS

Running Worldwide 10 km Lauf
(neue Distanz für die
ZIPPEL'S Nord.Cup-Wertung)

12:30



**DU LIEBST CHALLENGES?
DU LIEBST DEN NORDEN?
DU LIEBST LAUFEN?
DU LIEBST WETTKÄMPFE?
DU LIEBST WEITE?
DU LIEBST NATUR?
DU ELSKER AT LØBE?
DU LIEBST BEGEISTERUNG?
DU LIEBST DEN ZIELEINLAUF?**



Melde dich
rechtzeitig an und
profitiere von unseren
Frühbucherrabatten!

www.flensburg-marathon.de

Informationer
på dansk

Til danske løbere har vi
oprettet en ekstra
mailadresse:

[dansk@flensburg-
marathon.de](mailto:dansk@flensburg-marathon.de)

Så, hvis I har spørgsmål,
er I mere end velkommen
til at sende os en mail på
dansk.

