

Schlussbericht - 4. MidSummerRun 2025

Grundlage ist die Läuferinfo, die alle Teilnehmenden einige Tage vor dem Start erhalten hatten. Dabei waren die "Technischen Informationen" von den "Themen-Informationen" strikt getrennt.



Zum überwiegenden Teil reist Ihr sicher mit dem HVV an und freut Euch hoffentlich sehr mit uns, dass wir Euch auch wieder zum MSR2025 das Angebot eines Tickets für Hin- und Rückfahrt machen können.

Wir würden uns wünschen, dass dieses Angebot schon mit Beginn der Anmeldung kommuniziert werden könnte, sind dafür jedoch von frühzeitigen Unterstützungszusagen abhängig. Wir wollen nach Möglichkeiten suchen, auch weil laut Umfrage ein guter Teil das Ticket genutzt hat.

Als Startnummertüten nutzen wir kompostierbare Papier-Biomülltüten, die also durch die Verwendung beim Lauf ein zweites Leben erhalten werden. Wenn Ihr sie zuhause nicht als Biomülltüte verwenden wollt, legt Sie im Zielbereich bitte in den Tauschkorb, so dass andere sie mitnehmen und sich darüber freuen können.

Eure Startnummer ist auf Recyclingpapier gedruckt und kann, wenn Ihr Euch satt gesehen habt, in die blaue Altpapier-Tonne - entweder bei Euch zuhause oder ihr legt Sie in den bereitgestellten Behälter im Zielbereich. Wenn Ihr zusätzlich noch Eure Sicherheitsnadeln von zuhause zur Befestigung mitbringt und sie bei einem nächsten Lauf wieder nutzt, ist eine ganze Menge an Ressourcen eingespart! Ihr könnt die Nadeln aber auch vor Ort wieder zurück geben.

Der Zeitnahme-Anbieter hatte schon voriges Jahr auf Einmal-Chips umgestellt, die Ihr auf der Rückseite Eurer Startnummer aufgeklebt findet. Deshalb achtet bitte darauf, dass Ihr ihn abzieht, bevor Ihr die Startnummer ins Altpapier steckt. Der Chip (dünner Schaumstoff und sehr wenig Metall) kann über den gelben Sack noch am ehesten in einem neuen Produkt Wiederverwendung finden. Oder: Ihr gebt uns Eure Startnummer an der `Zukunft-s-Börse` zurück und wir übernehmen das dann gerne. Euch interessiert der vergleichende Fußabdruck? Wir haben das diskutiert und nach der ersten Enttäuschung gelernt, dass es für unseren MSR sogar günstiger ist. Die Mietchips z.B. hätten zwei Mal einen weiten Weg quer durch Hamburg transportiert werden müssen und im Schnitt mussten nach jedem Einsatz defekte oder mitgenommene Chips ersetzt werden.

Auf Grund der Möglichkeit zur Rückgabe beim 3. MSR waren etliche Biomülltüten vorhanden, die erneut zur Verwendung kamen. Leider gab es dafür aber im Vorwege einen Fehler bei der Beschaffung der Startnummern; diese waren nämlich viel zu groß in DIN A4. Nach den letztjährigen Erfahrungen mit einigen durchweichten Papierstartnummern war kurzfristig die Umstellung auf ein wasserfestes Kunststoffprodukt erforderlich. Dafür soll es im kommenden Jahr wieder eine nachhaltigere Lösung geben. Es wurden rund 180 Startnummern im Sammelkorb abgegeben, die Transponderstreifen anschließend abgezogen und alles getrennt dem Recycling zugeführt. Überhaupt haben Müll-Sammlung und -Trennung insgesamt super geklappt. Deckel, Kronkorken und Echt-Korken wurden ebenso in großer Zahl gesammelt und konnten sinnstiftend weitergeben werden.



*Als Give-away haben wir Startnummern im Vorwege Gutscheine, Gewinne und Recyclingtaschen unserer Kooperationspartner "zugelost". Alle von Euch finden mit der Startnummer außerdem ein Saat-Tütchen "Bienenfreund-Mischung". Diese Tütchen haben bereits ein Leben als Bestecktasche in einer Hamburger Kantine hinter sich und wurden von begeisterten Kolleg*innen für Euch gesammelt. Wer keinen Garten hat, kann die Saat bedenkenlos irgendwo "verlieren", denn es ist alles von "Bioland" bewirtschaftetem Gelände und wächst in der Region.*



Auch für die Give-aways gilt: was Euch nicht gefällt, tauscht bitte untereinander oder legt es in den bereits erwähnten Tauschkorb und nehmt Euch dafür gerne etwas anderes.

Verzichtet wenn möglich schon von Euch aus auf Riegel oder Gel aus Kleinverpackungen und bringt Euch Eure Eigenverpflegung für den Lauf mit. Wenn Ihr nicht darauf verzichten möchtet, nehmt nach Möglichkeit die Verpackung wieder mit nach Hause und entsorgt sie dort in die richtige Tonne.

Sehr gerne bringt hingegen Eure zuhause gesammelten Echt-Korken und Kronkorken mit und gebt sie bei uns ab. Wir reichen Sie weiter an gemeinnützige Umwelt- und Sozial-Organisationen, die damit ihr Budget aufbessern.

Auch Eure Trinkflaschen (möglichst mit breiter Öffnung) könnt Ihr gerne mitbringen und im Zielbereich füllen lassen; jeder nicht gebrauchte Becher zählt... auch wenn diese reine Papierbecher sind, also auch nicht beschichtet. Sie kommen, wenn sie nur mit Wasser gefüllt und getrocknet sind, in die blaue Papiertonne. Entsprechende Behälter stellen wir bereit.

Wir konnten aber inzwischen für Euch auch einen Restposten faltbecher aufkaufen und geben sie zum Selbstkostenpreis an unserer `Zukunft-s-Börse weiter`. Habt dafür bitte 3,00 € passend dabei. Wir freuen uns sehr über dieses Angebot und hoffen, dass Ihr die Becher bei Euren zukünftigen Läufen fleißig nutzt.

Das Angebot haben wieder viele Teilnehmenden und Helfenden genutzt und sich einen Becher gekauft.

Beim Thema Wasser erwähnen möchten wir noch unsere gemieteten Ökotoiletten erwähnen. Sie sind wirklich schön und Eure Hinterlassenschaften werden kompostiert. Bitte bleibt dennoch nicht so lange, andere wollen auch mal!

Ein absoluter Eye-catcher jedes Jahr: die machen einen echten Unterschied, allein der angenehme Geruch der frischen Holzspänen. Die Begeisterung des Eigentümers kann man nur teilen. Er sammelt die Hinterlassenschaften verschiedener lokaler events und gibt sie dann in eine Kompostieranlage. So werden unseren Boden wertvolle Stoffe wieder zurück gegeben.

Mit dem zugehörigen Papier unterstützen wir die Idee sauberer Toiletten für alle, aber bitte trotzdem sparsam sein.



Durch den Kauf des Papiers konnte wenigstens ein kleiner Beitrag über den Spendenanteil des Kaufpreises geleistet werden für den Zugang zu einer gesicherten Sanitärversorgung für alle.

Auf der Strecke (als km-Marker) und im Zielbereich begegnen Euch Schilder mit den 17 UN-Zielen, die wir jedes Jahr wieder verwenden wollen. Wir hoffen, dass diese auch andere am Alsterwanderweg und der Torhauswiese auf das Thema Nachhaltigkeit aufmerksam machen.

Die bereits vorhandenen Schilder wurden ein wenig gerichtet und konnten sehr gut wieder verwendet werden. Sie sind so konzipiert, dass im kommenden Jahr lediglich die Hauptsponsoren bei Bedarf überklebt werden müssen.



Wir werden die Strecken nicht mit Plastik-Flutterband absperren und dafür mehr von der ökologisch unbedenklichen Kreide verwenden. Außerdem ist unsere Strecke so gewählt, dass es möglichst unkompliziert ist und unsere Streckenposten sollen dafür sorgen, dass sich niemand verläuft.



Es war, wie beim 3. MSR, gar kein Flutterband erforderlich mit etwas mehr Kreide.

Auf dem Gelände gingen die Ziele-Schilder (11 bis 17) im Gesamteindruck noch immer etwas unter, was der Situation nach einem Lauf geschuldet ist. Es gibt eben nach dem Zieleinlauf viele Eindrücke (angefangen mit den Holzmedaillen) und alle sind einfach auf Trinken und Versorgung fixiert. Das ist völlig in Ordnung, aber es lohnt sich, weiter über Möglichkeiten für eine Verstärkung der Aufmerksamkeit nachzudenken - eine Idee gibt es bereits. Ein ausliegender Ausdruck unserer Zielerreichung und die Zusendung mit der Läuferinfo sind schon eine gute Grundlage und außerdem wurde das große 17-Ziele-Banner exklusiv zur Siegerehrung - und im wahrsten Sinne des Wortes - "ins Bild gerückt".



Wenn Ihr nach Eurem Lauf ankommt, könnt Ihr Eure verdiente Medaille entgegen nehmen. Diese ist aus Restholz gefertigt und mit umweltfreundlichen Wasserfarben bedruckt. Das Datum werden wir nach Bedarf selbst einbrennen, so dass wir zu viel bestellte Medaillen dann im kommenden Jahr nutzen können.

Um die genaue Anzahl der Teilnehmenden zu treffen, haben wir den Brandstempel vor Ort gehabt und am Orga-Stand einige Blanks-Medaillen - teils auch Vorjahresversionen - mit dem Datum versehen, so dass keine Medaillen in den Müll gewandert sind.



Und natürlich werdet Ihr mit einer kleinen überwiegend regionalen und biologischen Stärkung versorgt! Wenn Ihr etwas übrig lasst, geben wir das alles weiter. Es soll nichts verkommen. Das Wasser wird aus nachhaltigen Mehrweg-Glasflaschen ausgeschenkt. Zwar ist der Transport gewichtsmäßig etwas aufwändiger, aber es ist gewährleistet, dass die Flaschen zum Anbieter (auch aus der Region) für die erneute Befüllung zurück gehen.

Wenn Ihr durchgeatmet habt, könnt Ihr den Abend ganz entspannt bei einem Wiesen-Picknick mit Leckereien genießen. Dafür haben wir Picknickdecken auf der Wiese verteilt, die vorher schon einmal einen großen Auftritt als Werbebanner hatten. - macht es Euch bequem! Versorgen könnt Ihr Euch dabei beim Foodtruck, der sich überwiegend auf das Thema Nachhaltigkeit eingestellt hat. Z.B. wird das Holz-Besteck wieder eingesammelt und auf dem Rückweg bei einer Kompostieranlage abgegeben.



In diesem Jahr gab es wieder einen Foodtruck, der zusätzlich vegetarische Angebote aufgenommen hatte. Dies wurde begeistert genutzt. Die Sammlung des Holzbestecks wird im kommenden Jahr noch prominenter platziert, damit sie besser genutzt wird. Hingegen waren die auf der Wiese verteilten Picknickdecken fast durchgängig in Benutzung für Aufwärmgymnastik, Picknick, Warten und Relaxen. Es war wieder eine sehr "familiär gemütliche" Atmosphäre.



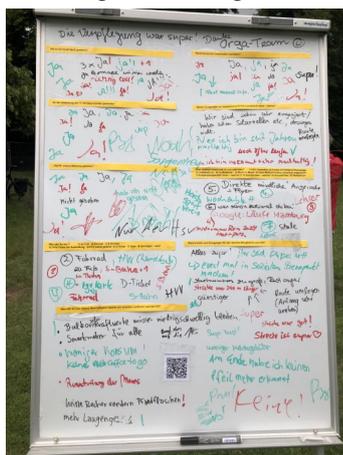
Und Ihr könnt Euch sehr gerne an unserer 'Zukunft-s-Börse' einfinden. Dort kommen auch unsere Kooperationspartner*innen "zusammen" - noch fast ausschließlich in Form von Informationsmaterial, aber wir wollen die Präsenz vor Ort immer weiter ausbauen. In diesem Jahr könnt Ihr Euch z.B. schon über ökologische Kosmetik und Nahrungsergänzungsmittel ohne Konservierungsstoffe mit nachhaltigem Verpackungssystem informieren oder wie ein Balkon-SolarKraftwerk funktioniert.

Durch kurzfristige Absage gab es das Angebot zu Kosmetik und Nahrungsergänzungsmittel leider nicht. Umso mehr hatten die Kolleg*innen zu tun mit Informationen zu Balkon-Solar-Kraftwerken und ökologischem Klein-Anbau.

Hier bei der 'Zukunft-s-Börse' findet Ihr auch sämtliche Behälter und Körbe für Eure Sammlungen und zum Tauschen sowie für die Abfälle. Apropos Abfälle: diese werden streng getrennt und deshalb mit Eurer Hilfe vorsortiert. Bitte achtet darauf, dass Ihr jeweils die richtigen Behälter nutzt, sie sind entsprechend beschriftet. Die öffentlichen Abfallbehälter bitte nicht benutzen. Wenn Ihr unsicher seid, sprecht uns einfach an.



Dadurch, dass wir keine Müllbehälter aufgestellt hatten, waren alle "gezwungen", mit ihren Abfällen zur "Zukunft-s-Börse" zu kommen und dort den entsprechenden Behälter zu nutzen und die Vorsortierung mit den Körben klappte hervorragend. Insgesamt fiel wieder nur wenig Abfall an, Wir haben durchsichtige Müllsäcke von <https://wildplastic.com> gekauft, damit ein tolles junges Unternehmen unterstützt und konnten so den Inhalt immer kontrollieren. Nur zwei Personen waren "hauptamtlich" zuständig, um ein Auge auf die richtige Trennung zu haben. Bei den Helfenden haben wir im Vorwege verstärkt aufgeklärt!



Auch hinsichtlich weiterer Ideen zur Umsetzung der 17 UN-Ziele, Eurer Kritik und natürlich auch Lob werden wir gerne von Euch angesprochen. Wer das nicht so mag, bekommt Gelegenheit, uns dies vor Ort aufzuschreiben oder über einen QR-Code online los zu werden.

Es nutzten sehr viele Teilnehmende die Möglichkeit, sich zu informieren und ein Feedback abzugeben. Es konnte offensichtlich schon wirklich viel umgesetzt werden, denn neue Ideen zur Umsetzung der 17 Ziele waren beim feedback deshalb wohl nicht dabei.

Zum ersten Mal werden wir gebrauchte Bücher für Euch mitbringen, die Ihr mitnehmen könnt. Wenn Ihr im Gegenzug einen kleine Obolus in der Spendenbox für den Verein da lasst, freuen wir uns sehr.

Auch hierzu erteilte uns bedauerlicherweise eine kurzfristige Absage, wir wollen die Idee aber beim kommenden MSR unbedingt umsetzen.

Ihr seid heil zuhause angekommen? Dann könnt Ihr Eure Urkunde ausdrucken, den Abend nochmal Revue passieren lassen und Pläne schmieden für den nächsten MidSummerRun.



Ein paar allgemeine Anmerkungen:

Unsere Werbung haben wir für dieses Lauf-Event verstärkt digital über verschiedene Kanäle, über Facebook und Instagram gepostet, um Druckerzeugnisse einzusparen. Wir haben zwar auch Flyer und Plakate drucken lassen; dies dann fast ausschließlich auf Umweltpapier bei einem regionalen Anbieter und mit CO₂-neutralem Versand.

Wir haben im Rahmen unserer Möglichkeiten viele "Kanäle" bespielt, die auch die jüngere Klientel ansprechen und darüber hinaus gesellschaftliche Gruppen für die die Verknüpfung von Sport-Event und Nachhaltigkeit durchaus neu sein könnte. Sportklassen, deren Teilnahme am MSR ein Teil der abzulegenden Prüfung ist, gehören mittlerweile zu den Stammgästen. Das freut uns besonders. Aber auch KiTa- und Firmen-Teams fanden den Weg ins schöne Alstertal und kommen hoffentlich wieder.

Mit dem MSR2023 haben wir mit 50 Cent anteilig beim Startgeld den „Lauf-Fuffi“ eingeführt, der immer einem Sozial- oder Umwelt-Projekt zukommen soll und spenden den entstehenden Betrag. So „erlaubt“ Ihr auch etwas Gutes, unterstützt dieses Jahr den "NORDLICHT e.V."; gemeinsam können wir so dem 4. UN-Ziel "Hochwertige Bildung" Rechnung tragen. Bedürftigen Gruppen haben wir darüber hinaus Geflüchteten vergünstigte Startplätze angeboten.

Nicht alle 17 UN-Ziele werden wir zu 100% umsetzen können, befinden uns aber dennoch auf einem guten Weg und wollen noch besser werden! Eure Ideen und Kritik sind uns deshalb sehr willkommen.

Gegen einen "Nutzungsbeitrag" konnte wieder Strom von einer Einrichtung vor Ort genutzt werden, so dass keine Generatoren erforderlich waren. Dies ist zwar keine besonders sichtbare aber wahrscheinlich die ökologisch beste Lösung.

An dieser Stelle danken wir ausdrücklich der Sparda Bank Hamburg mit ihrem Nachhaltigkeitskonto "Horizont" Die Unterstützung ermöglicht den Ausgleich diverser Mehrkosten, das HVV-Ticket und unser Eingehen von Kooperationen mit einigen StartUps und Kleinstunternehmen, die mit tollen Ideen oder Produkten zum Thema Nachhaltigkeit am Markt sind, aber kein ausgeprägtes Budget für Sponsoring haben.

Ganz herzlichen Dank auch an unseren diesjährigen Schirmherrn, dem Bundesliga-Schiedsrichter und Polizeibeamten Patrick Ittrich, der trotz anstehender Wochenendtermine gekommen ist und durch seine fröhliche Zugewandtheit für unvergessliche Momente gesorgt hat. Weil er das Startsignal jeweils mit "Schirpfeife" gab, hatte die aus Restmaterialien gebaute Startklappe dieses Jahr "frei", wird aber beim nächsten Mal bestimmt wieder zum Einsatz kommen.

Beim Kinderlauf mussten wir etwas improvisieren, da durch die Umbaumaßnahmen an ungünstiger Stelle das Pflaster aufgerissen und ein Engbereich entstanden war. Die Kinder wurden erst hinter dem Torhaus auf die Strecke geschickt. Nachdem die Erstplatzierten im vergangenen Jahr die Patenschaft für einen Baum in Peru bekommen haben (Urkunde mit Geodaten), haben wir nunmehr eine Möglichkeit gefunden, die heimische Natur wachsen zu lassen. Der LT Alstertal hat die Kostenanteile zur Pflanzung eines Hamburger Straßenbaumes übernommen, den die Gewinner*innen nun tatsächlich besuchen können. Er steht in der Nähe der S-Bahn-Station Ohlsdorf, hat die Nummer P29112 und die Geokoordinaten: N 53° 37.390 E 10° 01.66. Mit diesem kleinen Beitrag wollen wir weiter machen und vor allem zur Nachahmung anregen.

Orga-Team MidSummerRun



Dieser Text ist geistiges Eigentum des Lauftreff Alstertal e.V. und unterliegt den geltenden Urhebergesetzen. Die ganze oder teilweise Vervielfältigung sowie jede Weitergabe an Dritte ist nur nach vorheriger schriftlicher Zustimmung durch den Rechteinhaber gestattet. Der Empfänger dieses Textes haftet bei unberechtigter Verwendung oder Weitergabe an Dritte für daraus entstehenden Schaden.

Hamburg, Juni 2025