

23. SIEGERLÄNDER AOK-FIRMENLAUF
**TEAMLEADER
GUIDE**



MI. 15.07.2026
BISMARCKPLATZ, SIEGEN-WEIDENAU



AOK-Firmen-

AOK-Firmen-
LAUF



AUSDAUER

AOK Die Gesundheitskasse. 
4887
Krombacher
ALKOHOLFREI

AOK-Firmen-
LAUF

MIT DER ANMELDUNG BEIM **AOK-FIRMENLAUF** LÄUFT ES AUCH BESSER IM BETRIEB!

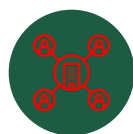
Die Vorfreude ist spürbar, je näher der AOK-Firmenlauf Siegen rückt, desto mehr wird er zum Thema an den Werkbänken und den Büros in vielen Unternehmen und Institutionen, Mitarbeitende und Chefetagen sind gleichermaßen motiviert. Der Firmenlauf hat sich als Sportevent etabliert und bietet Dank seiner einzigartigen Mischung zwischen Sport und Party eine besondere Atmosphäre. Hier entstehen ganz neue Kontakte zwischen Mitarbeitenden und Kolleg/innen, in lockerer Runde wird der Zusammenhalt gefördert und der Teamgeist gefestigt. Ein gemeinsamer Firmenlauf beschert auch größere Motivation und höhere Leistungsbereitschaft am Arbeitsplatz.

HÖHERE IDENTIFIKATION MIT DEM ARBEITGEBER

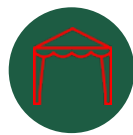
Wer seine Firma mit Freude beim Firmenlauf repräsentiert, hat auch erwiesenermaßen eine höhere Identifikation mit dem Arbeitgeber im Alltag. Mit der Teilnahme und dem Training für den Firmenlauf rückt das betriebliche Gesundheitsmanagement in den Vordergrund. Eine gesündere Lebensweise sorgt für ein größeres, persönliches Wohlbefinden. Wer körperlich fit und gesünder ist, ist auch während der Arbeit belastbarer und aufmerksamer.

WER LANGSAM LÄUFT, WIRBT LÄNGER

Neben dem Teambuilding ist der AOK-Firmenlauf auch eine ideale Werbeplattform. Neben mehreren tausend Aktiven und zahlreichen hunderten Kolleg/innen die die Daumen drücken, säumen auch zahlreiche Zuschauer/innen die Strecke und den Zielbereich. Hier gilt das Motto „Wer langsam läuft, wirbt länger“ und je kreativer desto auffälliger. Neben dem Kreativpreis werden durch ausgefallene Outfits schneller Gespräche möglich, denn der Firmenlauf ist auch immer mehr eine riesige Netzwerkparty. Wer sich hier auffällig präsentiert, steigert seine Bekanntheit und baut schnell seine Kontakte aus. Macht daher den AOK-Firmenlauf zu Eurer individuellen Betriebsfeier.



ALS FIRMA DIE TEILNEHMENDEN REGISTRIEREN



TEAMPAVILLON MIETEN



FINISHER-SHIRT BUCHEN



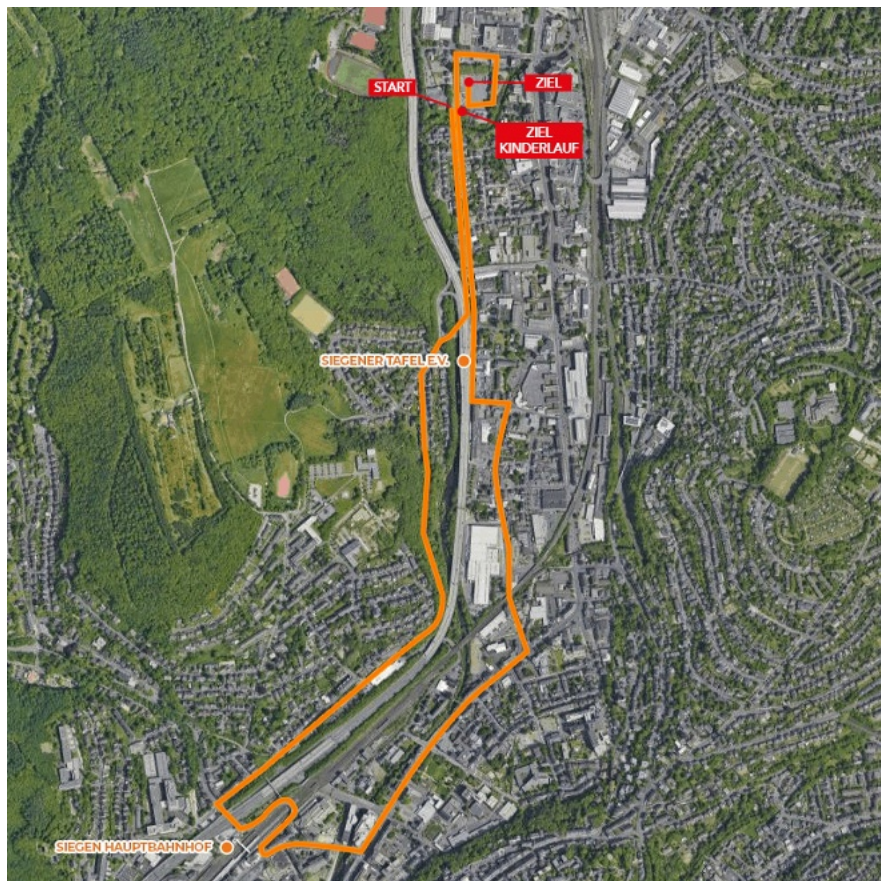
PARTNER DES FIRMENLAUFS WERDEN

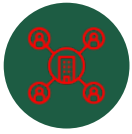
WIR HOLEN EUCH VOM BÜROSTUHL, AUS DEM OP-SAAL, VON DER WERKBANK

Beim AOK-Firmenlauf geht es nicht um Bestzeiten - Teamgeist, Gemeinschaftsgefühl und Kreativität sind gefragt. Von Auszubildenden bis zur Geschäftsführung können alle teilnehmen. Auch Personen ohne Lauferfahrung können die 5,5-km-Strecke problemlos bewältigen. Wir helfen gerne bei der Vorbereitung und vermitteln den Kontakt zu Laufcoaches für ein Training im Vorfeld.

Um möglichst viele Mitarbeitende deines Unternehmens für den AOK-Firmenlauf zu begeistern, haben wir einen umfangreichen **Guide mit Motivationstipps, Hinweisen zur optimalen Vorbereitung für die Strecke sowie Empfehlungen für den perfekten Pre-Snack** zusammengestellt. Damit holst du auch die bequemsten Teammitglieder vom Bürosessel.

**ZU FINDEN IST UNSER GUIDE UNTER WWW.FIRMENLAUF-SIEGEN.DE ->
TEAM ARENA -> ZUSATZLEISTUNGEN & DOWNLOADS -> LÄUFER GUIDE**





ALS FIRMA DIE TEILNEHMENDEN REGISTRIEREN

1. SCHRITT

Deine Firma online registrieren.
Dabei sind mehrere Teams möglich, jede Abteilung kann als eigene Laufgruppe antreten (Verwaltung, Vertrieb). www.firmenlauf-siegen.de

2. SCHRITT

E-Mail und Passwort merken.

3. SCHRITT

Jederzeit ist die Aktualisierung möglich und du kannst neue Mitarbeiter/innen in eure Meldeliste einfügen.

UNSERE PREISKATEGORIEN

Früh anmelden lohnt sich! Die Startgebühren richten sich nach dem Zeitpunkt der Anmeldung. Sobald ein Kontingent ausgeschöpft ist, greift automatisch die nächste Preisstufe.

FRÜHSCHICHT-TARIF

1-500 Startplätze je Teilnehmer/in 15,- Euro netto

MITTAGSSCHICHT-TARIF

501-1.500 Startplätze je Teilnehmer/in 18,- Euro netto

SPÄTSCHICHT-TARIF

ab 1.501 Startplätze je Teilnehmer/in 20,- Euro netto

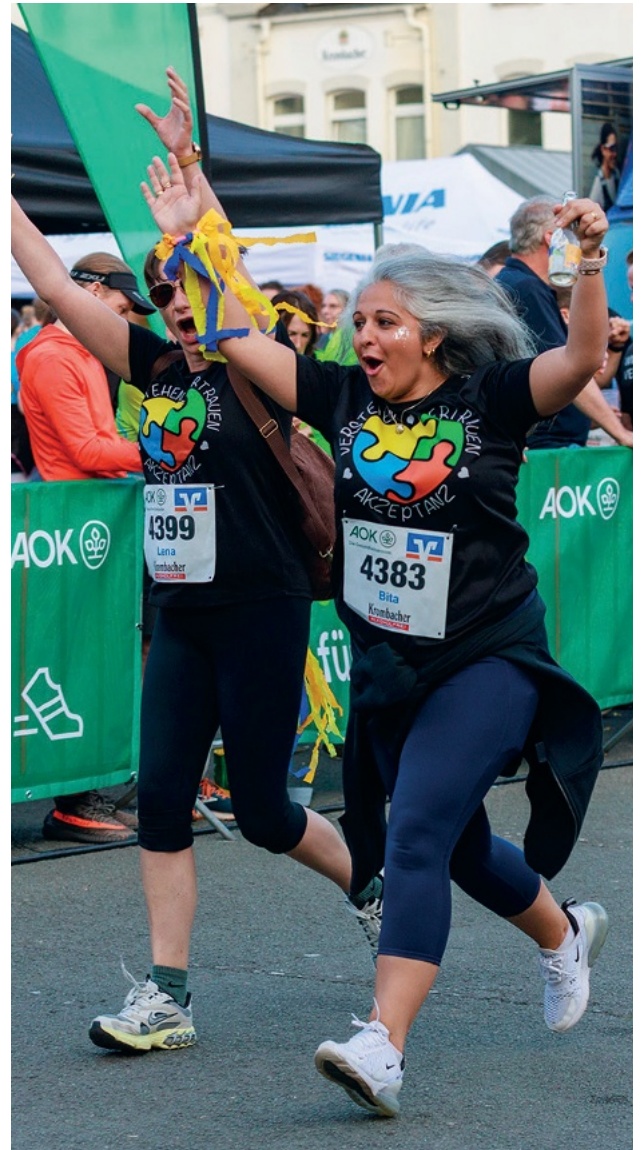
NACHTSCHICHT-TARIF

(falls noch Startplätze frei sind)
Vor Ort je Teilnehmer/in 25,00 Euro brutto

NEU | VIRTUAL RUN

je Teilnehmer/in 10,00 € netto
(mehr Infos dazu auf unserer Website)

Unser Online-Portal ist jährlich ab dem 15.01.2026 geöffnet.
Es schließt am 26.06.2026



DEIN TEAM BEIM SIEGERLÄNDER AOK-FIRMENLAUF

:anlauf
dein ziel. dein lauf. dein event

STATTE DEIN TEAM MIT INDIVIDUELLEN SHIRTS FÜR DEN FIRMENLAUF SIEGEN AUS!

Unsere Laufshirts bieten dir erstklassige Atmungsaktivität und Komfort, damit du beim Lauf Höchstleistungen erbringen kannst. Wähle beim Bestellen deiner Firmenlaufshirts das innovative Vollsublimationsverfahren, um dein Design lebendig werden zu lassen.

PREIS PRO SHIRT

ab 100 Stk.	16,00 €
ab 50 Stk.	18,00 €
ab 25 Stk.	20,00 €
ab 10 Stk.	22,00 €
Einzelpreis	25,00 €

Material:

100% Polyester

Größen:

Damen- und Herren / Unisex bis zu 8XL

Farben:

Individuell gestaltbar (Allcoverprint).
Dieses Shirt zeigt nur eine Musteroption

Kragenmodelle:

Rundhals

Merkmale:

Atmungsaktiv, schnelltrocknend

Alle Preise verstehen sich zzgl. Mehrwertsteuer. Gerne erstellen wir dir ein individuelles Angebot. Bestellungen müssen bis zum 10.06.2025 eingehen.



UNSERE KONTAKTDATEN FINDEST DU HIER:



Remi Ganczarczyk



remi@anlauf.gmbh



+49 160 91379347

Anlauf GmbH
Eiserfelder Str. 8
57072 Siegen



TEAMPAVILLON MIETEN

EUER TEAMMEETING-POINT

„Wo sind denn meine Kolleg/innen?“ Das ist die fast am meisten gestellte Frage des Tages. Hier gibt es die praktische Lösung eines Teammeeting-Points. Dieser bietet einen individuellen Treffpunkt für alle Kolleg/innen. Neben und vor dem Hallenbad haben wir eine kleine Anzahl von Stellplätzen die wir euch zur Verfügung stellen können. Bringt euer eigenes Zelt mit und feiert mit den Kolleg/innen euer Betriebsfest!

Preise & Abwicklung erfahrt ihr bei Markus Ritter.

Bitte schreibt eine Mail an ritter@anlauf.gmbh, wir melden uns!



EINE WÄHRUNG FÜR ALLE

:anlauf
dein ziel. dein lauf. dein event

1 LÄUFER-EURO = 2,00 € BRUTTO



DER LÄUFER-EURO

Sichere dir und deinem Team jetzt schon den Läufer-Euro, um nicht lange anzustehen!

Auf dem Eventgelände lädt unser Caterer dazu ein, neue Energie zu tanken und den Tag entspannt ausklingen zu lassen. Freut euch auf eine abwechslungsreiche Auswahl an Speisen und erfrischenden Getränken – perfekt für dich und dein Team und den wohlverdienten Genuss nach dem Lauf.

Mit dem Läufer-Euro bezahlt ihr schnell, einfach und bargeldlos. Vorab bestellen, vor Ort einlösen und den Moment genießen.

BESTELLUNGEN ÜBER

Anlauf GmbH
+49 2921 5995325
info@anlauf.gmbh

BESTELLUNGEN BIS ZUM 26. JUNI 2026



FINISHER-SHIRT BUCHEN

VOLLSUBLIMIERTER SHIRTS

- T-Shirts aus glattem Polyester, 135 g/m²
- Damen-, Herren- und Kinder-Ausführung
- Rundhals oder V-Ausschnitt möglich und im Preis enthalten
- Farbe: Anthrazit

Preis 17,50 Euro netto

BAUMWOLL-SHIRTS

- T-Shirts aus ringgesponnener Baumwolle
- Transfer- oder Siebdruck
- Damen-, Herren- und Kinder-Ausführung
- Rundhals oder V-Ausschnitt
- Farbe: Anthrazit

Preis 17,50 Euro netto

Unsere Damen und Herren/Unisex Shirts sind in den Größen XS-XXL erhältlich.

Bestellungen und Anfragen könnt Ihr gerne per E-Mail an remi@anlauf.gmbh stellen.



Es ist der Beweis, dass DU es geschafft hast (das „Finishen“) des Firmenlaufes und eine Erinnerung an das Erlebnis



Das SHIRT motiviert DICH, sich neuen Herausforderungen zu stellen und weiter zu trainieren



Das SHIRT verbindet DICH mit anderen Läufer/innen, die das gleiche Shirt tragen und das gleiche erreicht haben



Das SHIRT ist aus atmungsaktiven Funktionsstoffen, das DIR auch beim späteren Training nützlich ist



DU siehst einfach GUT aus im neuen FINISHER-SHIRT



PARTNER DES FIRMENLAUFS WERDEN



PARTNER WERDEN

Ihr möchtet, dass euer Unternehmen in einem Atemzug mit dem AOK-Firmenlauf Siegen genannt wird? Dann werdet Partner. Hier schnüren wir Euch ein Gesamtpaket aus Teilnehmer/innengebühren, Läufer-Euros und maßgenauer Werbung für euer Unternehmen.

Hierzu nehmt bitte Kontakt mit Markus Ritter auf und wir erarbeiten mit Euch ein individuelles Konzept:

E-Mail: ritter@anlauf.gmbh

Telefon: (0172) 890 79 99

WERBEPLATTFORM NUTZEN WER LANGSAM LÄUFT WIRBT LÄNGER

FIRMENVORSTELLUNG AUF UNSERER WEBSITE

AUF UNSERER WEBSITE SETZEN
WIR EUERUNTERNEHMEN IN SZENE

Logo, Verlinkung und Erläuterung 79,00 Euro*

Logo und Verlinkung 49,00 Euro*

Schickt uns eure Inhalte per E-Mail an:
service@anlauf.gmbh

ANZEIGE IM LAUFMAGAZIN:

EURE UNTERNEHMEN DIREKT IM
LAUFMAGAZIN - SICHTBAR FÜR ALLE
TEILNEHMER/INNEN

Auflage: 5.000 Stück, A4 / 4c - mindestens
48 Seiten, Verteilung an Firmen und Institutionen
im Kreis Siegen

OPTIONEN

Innenseite: 400,00 Euro*

halbe Seite: 250,00 Euro*

Schickt uns eure Anzeige im Format 297x210 mm
(+3 mm Beschnitt) bis zum 15. Juni 2026

SPOT AUF DER VIDEOLEINWAND:

EUER VIDEOSPOT ODER BILD IN DAUERSCHLEIFE
AUF UNSERER VIDEOLEINWAND WÄHREND DER
VERANSTALTUNG

Mit einer Breite von 5,2 m und einer Höhe von 2,8
m kommen wir auf 14,56 m² bei einem Bildformat
von 16:9. In einer 4-Minuten Schleife werden ins-
gesamt 24 Sequenzen à 10 Sekunden ausgestrahlt
und über den Abend jeweils immer wiederholt.
Insgesamt wirkt ein 10-Sekunden-Spot mindestens
60-mal am Abend.

Angebot: 250,00 Euro*

Einsendeschluss des Spots/ Anzeige
bis zum 30. Juni 2026



NEWSLETTER AN UNSEREN FIRMENKUNDENVERTEILER

MAXIMALE SICHTBARKEIT BEI ÜBER

Über viele Jahre haben hunderte Firmen, Unter-
nehmen und Institutionen am AOK-Firmenlauf Siegen
teilgenommen. Ihr könnt dieses Potential für eure Bot-
schaft nutzen! Wir bieten euch zwei Newsletter Vari-
anten an:

STAND-ALONE-NEWSLETTER

Nur Eure Botschaft (natürlich mit Bildern) versenden
wir an unseren Firmenkundenverteiler.

Häufigkeit: einmalig (mehrmal auf Anfrage)

Zeitpunkt: bestimmt ihr

Preis: 800,00 Euro*

NEWSLETTER-INTEGRATION

Wir versenden Newsletter mit den News zu unserem
Lauf. Wir nehmen eure Botschaft/Bild mit dazu.

Häufigkeit: mindestens 2x die gleiche Botschaft

Zeitpunkt: bestimmen wir

Preis: 400,00 Euro*

* Alle Preise verstehen sich zuzüglich der gesetzlichen
MwSt. von 19%. Hierzu kontaktiert bitte Markus Ritter

E-Mail: ritter@anlauf.gmbh

Telefon: 0172 890 7999

Ein Leben lang an Ihrer Seite

Entdecken Sie die Vielfalt unserer Leistungen:

- Unser Online-ServiceCenter „Meine AOK“ hat **rund um die Uhr** für Sie geöffnet.
- Ihr fester Ansprechpartner im Kundencenter berät Sie individuell.
- Wir sind **telefonisch 24 Stunden täglich** für Sie erreichbar – kostenfrei.
- AOK-Clarimedis: Qualifizierte Fachärzte geben Ihnen **kostenfrei** medizinischen Rat.
- AOK-Gesundheitsbudget: Bis zu **500 Euro** für bestimmte individuelle Zusatzleistungen wie Osteopathie, professionelle Zahnreinigung und mehr.

Mit der AOK profitieren Sie von zahlreichen Zusatzleistungen, bestem Service und Sicherheit, auf die Sie sich verlassen können.

Für weitere Infos einfach den QR-Code scannen.

