



An alle Lehrpersonen
und Gruppenverantwortliche

Zürich, 03.01.2019

Lehrerinformationen Forchlauf

Liebe Lehrpersonen und Gruppenverantwortliche

Nach negativen Erfahrungen der letzten Jahre erlaube ich mir, als Organisator des Forchlaufs, im Vorfeld mit einigen Informationen an Sie zu gelangen. Wir hatten in der Vergangenheit mehrere Fälle, bei denen Schülerinnen und Schülern (SuS) am Forchlauf mit Kreislaufproblemen, Schwächeanfällen und Sturzverletzungen aufgrund Überanstrengung litten. Zudem gab es Reklamationen seitens anderer LäuferInnen, dass Schülergruppen rauchend spazierend auf der Strecke negativ auffielen.

Grundsätzlich unterstützen wir seitens Organisatoren die Teilnahme von Schülern an unserem Lauf. **Es ist aber unabdingbar, dass Lehrpersonen Ihre SuS entsprechend auf den Lauf vorbereiten.**

Dies bedeutet:

- Vorgängige Trainings für alle TeilnehmerInnen
- Realistische Streckenwahl: lassen Sie Ihre SuS nicht die langen Strecken absolvieren ohne vorher lange Dauerläufe absolviert zu haben. Der Forchlauf ist mit den vielen Höhenmetern nicht zu unterschätzen!
- Tipps zum Essen & Trinken vor und während dem Lauf abgeben.
- Unsportliches Verhalten (wie Rauchen auf der Strecke) nicht dulden.
- Nicht motivierte, nicht vorbereitete oder kranke SuS auf keinen Fall zur Teilnahme zwingen.

Bitte benutzen Sie die Excel-Liste für **Gruppenanmeldungen** welche auf der Website herunterladbar ist und senden diese bis spätestens am 24.05.19 an running@asvz.ch. Damit können wir Ihnen eine speditive gesammelte Chipabholung für Ihre ganze Gruppe ermöglichen.

Ich danke Ihnen für die seriöse Vorbereitung und wünsche allen Teilnehmenden bereits jetzt ein tolles Lauferlebnis.

Freundliche Grüsse

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Markus Urscheler', is written over a light blue horizontal line.

Markus Urscheler
Hochschulsportlehrer
Disziplinchef Running