

# MOPO TEAM STAFFELLAUF



HAMBURGER  
MOR  
GEN  
POST

27. & 28.08.2025  
IM STADTPARK



FÜNF PERSONEN.  
FÜNF KILOMETER.  
EIN PICKNICK.

GEMEINSAM FÜR  
VIELFALT



## MOPO TEAM-STAFFELLAUF

Der MOPO Team-Staffellauf geht in die 17. Runde - Die Teams mit je 5 Läufer/-innen gehen am 27. und 28. August auf die 5 Kilometer lange Strecke und geben sich nacheinander den Staffelstab in die Hand. Erwartet werden 10.000 Teilnehmende (2.000 Teams) und viele begeisterte Zuschauer/-innen im schönen Hamburger Stadtpark.

**Das Besondere:** Nach dem Zieleinlauf geht es noch weiter beim gemeinsamen Picknick! Jedes Team erhält einen gut gefüllten Picknickkorb von dm sowie ein Sixpack ERDINGER alkoholfrei.

**Wir freuen uns auf euch!**



## MIT EURER TEILNAHME GUTES TUN

Ihr könnt beim MOPO Team-Staffellauf als Charity-Starter mitmachen!

Der Aufpreis von **5 € pro Charity-Startplatz, also 25 € pro Staffel**, geht vollständig als Spende an den Hamburger Stadtparkverein e.V., sodass ihr damit einen Beitrag zum Erhalt und Ausbau des Parks leisten könnt.



## ES IST UNSERE TIEFE ÜBERZEUGUNG, DASS VIELFALT PER SE EIN HOHES GUT DARSTELLT.

Egal ob als Sportteam, als Unternehmen oder als Gesellschaft: Vielfalt macht uns kreativer, erfolgreicher, besser. Vielfalt macht unser Leben abwechslungsreich und interessant. Durch Vielfalt lernen wir beständig hinzu und entwickeln uns weiter. Und Vielfalt bedeutet in diesem Falle für uns vor allem: Die Vielfältigkeit der Menschen, denen wir begegnen und mit denen wir uns umgeben.

Beim MOPO Team-Staffellauf finden seit jeher Sport und Wirtschaft zusammen – und für beide ist Vielfalt ein essenzieller Faktor. Nicht zufällig zählen drei wesentliche Werte unseres Unternehmensleitbildes auf das Thema Vielfalt ein: „Fairness“, „Gemeinsamkeit“ und „Verantwortungsbewusstsein“ finden sich als Kerne des von unseren Mitarbeitenden vor rund vier Jahren definierten Leitbildes von B2Run.

Die verbindende Wirkung des Sports begeistert uns beständig auf's Neue und diese Begeisterung wollen wir immer wieder mit möglichst vielen Menschen teilen. Bei B2Run Events begegnen sich jedes Jahr zehntausende Menschen. Uns ist es dabei wichtig, eine einladende Kultur zu schaffen und ALLEN respektvoll und offen gegenüberzutreten, völlig ungeachtet von Geschlecht, Herkunft, Religion, Alter, Überzeugungen und Orientierungen.

Auch wenn sich dies schon immer in unserem Denken und Handeln ausgedrückt hat, scheint es uns nun an der Zeit, dies auch explizit in unserer Kommunikation zum Ausdruck zu bringen.

Natürlich kann Vielfalt zuweilen auch herausfordernd sein – aber wir lieben Herausforderungen! (Nicht nur, weil wir Sportler/-innen sind.) Wir möchten heute und in Zukunft in einer offenen, bunten und demokratischen Gesellschaft leben und arbeiten.

**Daher stehen wir als Team Gemeinsam für Vielfalt ein.**

# ZEITPLAN

---

## **15:00 Uhr**

Öffnung des Eventareals und Ausgabe der Startunterlagen und Staffelstäbe

---

## **Ab 15:30 Uhr**

Unterhaltung im Eventareal mit DJ und Moderation

---

## **15:30 bis 20:00 Uhr**

Abholung des Picknickkorbs und des Sixpacks ERDINGER Alkoholfrei  
(Gutschein befindet sich an den Startunterlagen)

---

## **Ab 16:30 Uhr**

Warm-Up und Startaufstellung im Startbereich

---

## **17:00 Uhr**

Startschuss für die Teams mit den Startnummern 1 – 350 am 1. Tag  
(bzw. 1.201 – 1.550 am 2. Tag)

---

## **17:03 Uhr**

Startschuss für die Teams mit den Startnummern 351 – 750 am 1. Tag  
(bzw. 1.551 – 1.950 am 2. Tag)

---

## **17:06 Uhr**

Startschuss für die Teams ab der Startnummer 751 am 1. Tag  
(bzw. ab 1.951 am 2. Tag)

---

## **22:00 Uhr**

Ende der Veranstaltung



# LAGEPLAN



 Hamburger Stadtpark

# STRECKENPLAN



# ZUFAHRTSPLAN



## WIE GELANGE ICH ZUM STADTPARK?

Wir empfehlen die Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln oder dem Fahrrad. Ihr erreicht den Stadtpark wie folgt: S-Bahn: Alte Wöhr (S1); U-Bahn: Borgweg (U3); Bus: 20, 26, 179

## WO KANN ICH PARKEN?

Für Autos steht rund um den Stadtpark nur eine sehr begrenzte Anzahl öffentlicher Parkplätze zur Verfügung. Wir planen wieder zusätzliche Kontingente in einer Tiefgarage der City Nord. Diese Parkplätze müssen vorab online gebucht werden. Infos dazu findet ihr online. Fahrradparkplätze stehen auf dem Gelände zur Verfügung.

# ALLES ZUM START UND ZIEL

Tag 1		Tag 2	
<b>Startzeiten</b> 17:00 Uhr 17:03 Uhr 17:06 Uhr	<b>Startnummern</b> 1 – 350 351 – 750 Ab 751	<b>Startzeiten</b> 17:00 Uhr 17:03 Uhr 17:06 Uhr	<b>Startnummern</b> 1.201 – 1.550 1551 – 1950 Ab 1.951

## START- UND ZIELBEREICH

Bitte findet euch mind. 10 Minuten vor eurem Start im Startbereich ein. Im Zielbereich bitten wir alle Teilnehmer/-innen, nicht stehen zu bleiben und euch nach der Staffelstabübergabe zügig in Richtung Zielversorgung und Eventareal zu begeben.

## STAFFELSTABÜBERGABE „DER WECHSEL“

Jedes Team erhält mit den Startunterlagen einen Staffelstab. Der/die Schlussläufer/-in gibt ihn am Ende zurück. Die Übergabe des Staffelstabs findet in der Wechselzone statt. Die Wechselzone befindet sich im Start-Zielbereich. Dazu werden die Startblöcke „1-50“, „51-100“, „101-150“ usw. eingerichtet. Die Läufer/-innen gehen, **entsprechend ihrer Startnummer**, in den jeweiligen Block. Wenn der/die erste Läufer/-in die Wechselzone erreicht, läuft dieser in Richtung der Startblöcke und übergibt den Staffelstab an den/die nächste/-n Läufer/-in. Erst wenn der Staffelstab übergeben wurde, darf der/die nächste Läufer/in zur Runde starten. Den Zugang zur Wechselzone erhalten nur die als nächstes laufenden Teilnehmer/-innen. Es erfolgt eine Einlasskontrolle.

Die Startnummern haben oben eine Nummer von 1-5. Nummer 1 läuft als Startläufer/-in, Nummer 5 geht als letzte/-r Läufer/-in auf die Strecke. Die Startnummern müssen deutlich sichtbar auf der Brust befestigt werden. Sicherheitsnadeln zum Befestigen liegen den Startunterlagen bei.



# GEMEINSAMES PICKNICK

Das Besondere am MOPO Team-Staffellauf ist das große Picknick nach dem Rennen. Freut euch auf einen gut gefüllten Picknickkorb von dm und feiert im Anschluss an euren Lauf mit Freunden und Kolleg/-innen im schönen Hamburger Stadtpark.



## DAS IST DRIN IM PICKNICKKORB

**1x dmBio Haferbrot**

**1x dmBio Maiswaffeln**

**1x dmBio Streichcreme Gartenkräuter**

**1x Aufstrich von dmBio**

**5x Ecoland Salami Snack**

**5x Sportness Natural Energy Riegel**

**1x dm Studentenfutter**



**1x Sixpack entweder ERDINGER Brauhaus (Helles oder Radler), ERDINGER Alkoholfrei, ERDINGER Alkoholfrei Zitrone/Grapefruit**

**Sonstiges:**

Messer, Gabel, Serviette & Pappteller

# A BIS Z

## Catering

Wenn ihr für euer Teamzelt Catering dazu gebucht habt, steht dieses für euch im Zelt bereit. Das Mitbringen eigener Speisen und Getränke ist ebenfalls möglich. Vor Ort gibt es auch einen Kaffee-Verkauf.

## Ergebnisse, Bilder & Urkunde

Euer Ergebnis sowie eure Teamurkunde werden euch am Tag nach eurem Lauf auf [www.mopo-team-staffellauf.de](http://www.mopo-team-staffellauf.de) zur Verfügung stehen. Dort werden zudem eine Reihe toller Eventbilder online gestellt.

## Gesundheit und Sicherheit

Geht nur gesund an den Start und trinkt am Tag des Laufs ausreichend Wasser! Wir stellen im Ziel sowie auf der Strecke Getränke zur Verfügung – dennoch ist eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr bereits im Vorfeld wichtig.

## Haftung

Für gesundheitliche Schäden, Unfälle, Diebstahl und sonstige Schäden (auch in der Umkleide) wird keine Haftung übernommen.

## Müllentsorgung

Für den MOPO Team-Staffellauf werden zusätzliche Müllbehälter aufgestellt. Mitarbeiter/-innen eines Reinigungsunternehmens sorgen nach der Veranstaltung für einen sauberen Stadtpark. Für Grillkohle stehen spezielle Container zur Verfügung. Wir möchten euch bitten, der Umwelt zuliebe und zur Erhaltung des Parks den durch das Picknick entstehenden Müll in den dafür vorgesehenen Müllbehältern zu entsorgen.

## Picknick

Freut euch auf ein tolles Picknick im Anschluss an euren großen Lauf und stoßt auf euren Teamerfolg an. Denn das Besondere am MOPO-Team-Staffellauf ist, dass ihr pro Team einen gut gefüllten Picknickkorb sowie ein Sixpack von ERDINGER erhaltet, um gemeinsam als Team zusammen zu picknicken und den Tag ausklingen zu lassen.

## Sanitäre Anlagen

Auf dem Veranstaltungsgelände befinden sich mobile Toiletten, Duschen sind nicht vorhanden.

## Staffelstäbe und Staffelstabübergabe

Jedes Team erhält mit den Startunterlagen einen Staffelstab. Der/die Schlussläufer/-in gibt ihn im Ziel zurück.

## Startnummernausgabe

Das Event-Areal ist ab 15:00 Uhr geöffnet. Die Startnummernausgabe erfolgt vor Ort ab 15:00 Uhr. Es ist zudem möglich, sich die Startunterlagen im Vorfeld abzuholen. Die Startunterlagen (inkl. Staffelstab und Gutscheine für das Picknick) kannst du bereits frühzeitig bei der offiziellen Startnummernausgabe am **19. und 20. August zwischen 09:00 und 18:00 Uhr** bei unserem Partner **ASPIRA** Hamburg Uhlenhorst (Hofweg 40, 22085 Hamburg) abholen.

Alternativ kannst du diese ebenfalls zu folgenden Terminen auf dem Eventareal abholen:

- Dienstag, 26.08., 18:00 – 20:00 Uhr
- Mittwoch, 27.08., ab 15:00 Uhr
- Donnerstag, 28.08., ab 15:00 Uhr

## Teamzelte

Um zu sehen, wo sich euer Teamzelt befindet, schaut im Vorfeld des Events auf unserer Website auf den Zeltplan. Dieser wird auch auf dem Eventgelände ausgehängt. Den Aufbau von eigenen/mitgebrachten Zelten, Tischen und Ähnlichem können wir aus Sicherheitsgründen nicht gestatten. Bitte denkt dran, eure Picknickdecke mitzubringen.

## Zeitnahme

Beim MOPO Team-Staffellauf kommt es auf die Teamleistung an. Daher wird ausschließlich die Laufzeit des Teams, und keine Einzelzeiten, gemessen. Die Zeiterfassung beginnt automatisch mit dem Startschuss. Nur der/die Schlussläufer/-in hat an seiner Startnummer einen Transponder zur Zeiterfassung für das gesamte Team.

# LAUFKNIGGE

---

Wir möchten, dass der MOPO Team-Staffellauf für alle so schön wie möglich wird. Deshalb bitten wir dich eindringlich, unseren Laufknigge einzuhalten. Das heißt, dass du dich am Start als gemütliche/-r Läufer/-in eher hinten aufstellst und als ambitionierte/-r Läufer/-in eher vorne innerhalb des jeweiligen Startblocks.

Auf der Strecke gilt: Laufe grundsätzlich rechts! Wenn du jemanden überholen möchtest, schere kurz nach links aus, ordne dich dann aber sofort wieder rechts ein, sobald dies möglich ist.

Haltet euch bitte ebenso daran, nicht in Gruppen nebeneinander zu laufen und so mehr als die Hälfte der Streckenbreite in Anspruch zu nehmen. Gerade auf dem ersten halben Kilometer nach dem Start sollte man maximal zu zweit nebeneinander laufen.

Gegenseitige Rücksichtnahme und die Beachtung dieser einfachen Laufknigge-Regeln sind entscheidend, um ein flüssiges Laufen auf der Strecke zu gewährleisten. So trägt ihr nicht nur zur Sicherheit aller Beteiligten bei, sondern erhöht auch den Spaßfaktor auf der Strecke.

---

## Startaufstellung

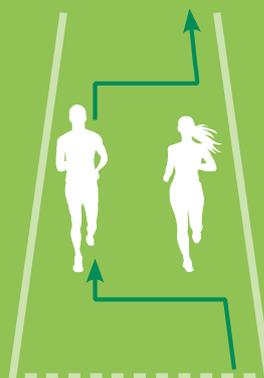


Wie willst du laufen?

Ambitioniert:  
**VORNE** aufstellen

Gemütlich:  
**HINTEN** aufstellen

## Strecke



Grundsätzlich  
**Rechts** laufen

Zum Überholen  
**kurz nach links**

Direkt wieder  
**rechts einordnen**

Bitte beachten für das Laufvergnügen aller Teilnehmenden!

# WERTUNGEN

Beim MOPO Team-Staffellauf geht es um die Teamleistung. Daher werden keine Einzelzeiten gemessen, sondern die Laufzeit des Teams.

Gehrt mit Gold- Silber- und Bronze-Staffelstäben, sowie Sachpreisen, werden die drei schnellsten Teams in den Kategorien: Männer, Frauen und Mixed (im Mixed-Team müssen mindestens 2 Frauen angemeldet sein).

 [mopo-team-staffellauf.de](http://mopo-team-staffellauf.de)

 [@mopo\\_teamstaffellauf](https://www.instagram.com/mopo_teamstaffellauf)

 [/MOPO Team-Staffellauf](https://www.facebook.com/MOPO-Team-Staffellauf)

## MOPO TEAM-STAFFELLAUF





# POSTET EURE MOMENTE

## ERLEBT DEN MOPO TEAM-STAFFELLAUF ONLINE

- Persönliche Laufzeit
- Austausch mit der Lauf-Community
- Bildergalerien mit den schönsten MOPO Team-Staffellauf Momenten

## NEWSLETTER



Meldet euch für unseren Newsletter an und verpasst keine Updates zum MOPO Team-Staffellauf 2026!

**Als Dankeschön gibt's exklusiv über den Newsletter gratis Laufpläne für Einsteiger/-innen und Fortgeschrittene!**

# UNSERE PARTNER 2025

## TITEL PARTNER



## GESUNDHEITSPARTNER



## MEDIENPARTNER



## PARTNER



ASPRIA



# MOPO TEAM STAFFELLAUF



HAMBURGER  
**MOR  
GEN  
POST**



## INFRONT B2RUN GMBH

### Büro München

Hermann-Weinhauser-Straße 73  
81673 München  
Tel +49 (0)89 460 88 96 0

### Büro Köln

Bunzlauer Str. 1  
50858 Köln  
Tel +49 (0)221 650 36 70

EIN UNTERNEHMEN VON

**infront**

 [mopo-team-staffellauf.de](http://mopo-team-staffellauf.de)

 [/MOPO.Team.Staffellauf](https://www.facebook.com/MOPO.Team.Staffellauf)

 [@mopo\\_teamstaffellauf](https://www.instagram.com/mopo_teamstaffellauf)