

** AOK-Firmenlauf in Hamm: Jetzt anmelden und dabei sein! **

Der 16. AOK-Firmenlauf in Hamm findet am 4. September 2025 statt, um Teamgeist und Gesundheit in Unternehmen zu fördern. Anmeldungen sind ab sofort möglich.



Ab sofort können sich Unternehmen für den 16. AOK-Firmenlauf in Hamm anmelden, welcher am Donnerstag, dem 4. September 2025, stattfinden wird. Der Veranstalter upletics, in Zusammenarbeit mit der AOK, bietet Teilnehmern die Möglichkeit, entweder im Team oder als Einzelperson an diesem sportlichen Event teilzunehmen. Insgesamt werden bis zu 6000 Teilnehmer erwartet, eine Zahl, die aufgrund organisatorischer Kapazitäten gedeckelt ist. Das Anmeldeportal ist bereits geöffnet, und interessierte Gruppen können sich unter **aok-firmenlauf-hamm.de** registrieren.

Der Lauf führt über eine Strecke von 5,5 Kilometern durch die Innenstadt von Hamm, beginnend und endend am Marktplatz. Die Startzeit ist für 19 Uhr vorgesehen, wobei zunächst die Läufer und anschließend die Walker auf die Strecke geschickt werden. Vor dem Lauf findet um 17:30 Uhr ein Warm-Up statt, gefolgt von einer After-Run-Party ab 20 Uhr, die gegen 22 Uhr endet. Das Programm bietet eine hervorragende Gelegenheit, Teamgeist zu stärken und das Berufsleben mit Bewegung und Gesundheit zu verbinden.

Organisatorische Neuheiten und Regelungen

Wie bereits in der Vorjahresveranstaltung 2024 haben sich auch für diesen Lauf einige Änderungen ergeben. Jörg Kock, der Leiter der AOK-Serviceregion, hebt die Unterstützung der Firmen für das Event hervor und betont dessen Bedeutung für die Region. Unter anderem hat der Gastronomiemarkt einen Wechsel vollzogen: Der neue Anbieter „der Partymen“ aus Unna wird die After-Run-Party veranstalten. Zudem wird das Programm an der Hochschule Hamm Lippstadt erweitert, um die Partystimmung zu fördern.

Zur Gewährleistung der Sicherheit werden Polizei sowie der Kommunale Ordnungsdienst vor Ort sein, zusätzlich sorgt ein privater Sicherheitsdienst für einen reibungslosen Ablauf. Ein Informationsblatt für die Anwohner an der Strecke wird rechtzeitig verteilt.

Detaillierte Anmeldedaten und Teilnahmebedingungen

Die Anmeldungen für den Firmenlauf sind bis zum 14. August 2025 möglich. Bei der Anmeldung beträgt die Teilnahmegebühr 12 Euro bis zum 8. August, steigt auf 14 Euro bis zum 14. August und bei Nachmeldungen am Veranstaltungstag bis 18 Uhr auf 19 Euro. Um teilnehmen zu können, müssen die Teilnehmer

mindestens 16 Jahre alt sein (Jahrgang 2009 und früher) und jedes Team muss aus mindestens zwei aktiven Mitgliedern bestehen.

Die AOK investiert einen hohen fünfstelligen Betrag in die Veranstaltung und wird durch Sponsoren unterstützt. In der Region Westfalen-Lippe organisiert die AOK insgesamt 15 Firmenläufe, die gemeinsam rund 60.000 Menschen in Bewegung bringen. Meldungen aus Umfragen zeigen, dass viele Deutsche sich zu wenig bewegen und ein aktives Event wie der AOK-Firmenlauf einen positiven Beitrag zur Gesundheitsförderung in Unternehmen leisten kann, indem er Mitarbeitern die Möglichkeit bietet, gemeinsam Sport zu treiben und einen gesunden Lebensstil zu fördern.

Details	
Quellen	• www.lippewelle.de • www.wa.de

Besuchen Sie uns auf: aktuelle-nachrichten.net