



Was ist parkrun?

parkrun ist ein wöchentliches, kostenloses Aktivevent auf einer 5 km Strecke, das weltweit immer **samstags um 9:00 Uhr** stattfindet.

Läufer*innen, Jogger*innen oder Walker*innen sind alle bei parkrun willkommen – auch mit Hund oder Baby Buggy, jeder wie er*sie mag, ohne Zeitdruck. D.h. jede*jeder läuft/geht so schnell oder so langsam wie er*sie möchte.

Auch Kinder können mitmachen, bis 11 J. aber nur mit einem Erwachsenen.

Wie kann ich mitmachen?

1. Registriere dich einmalig unter: www.parkrun.com.de/register
2. Drucke deinen persönlichen Barcode aus.
3. Komm rechtzeitig zum parkrun und bring deinen Barcode mit.

Mit deinem persönlichen Barcode kannst du an parkruns an allen Standorten teilnehmen – in Deutschland sowie im Ausland!

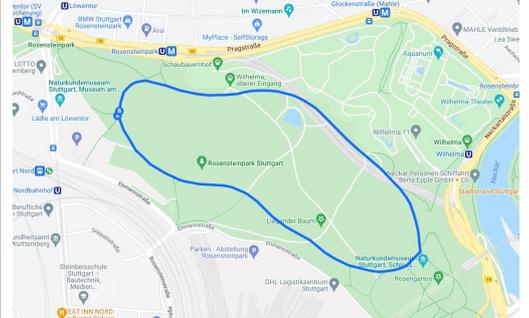
Braucht ihr freiwillige Helfer*innen?

Ja! parkrun ist nur durch den Einsatz von Helfer*innen möglich. Hast du Lust, gelegentlich oder regelmäßig mitzuhelfen? Schreib uns unter rosensteinpark@parkrun.com, oder sprich uns einfach Samstag in der Früh an!

Die Strecke:

Die wöchentlichen parkruns finden auf der gekennzeichneten 5 km Strecke (zwei 2,5km Runden) statt.

Treffpunkt (Start/Ziel): Oberer Rosensteinpark (in der Nähe vom Löwentormuseum/Cafe Fossil)



Mehr Infos unter:

www.parkrun.com.de

www.parkrun.com.de/rosensteinpark

www.facebook.com/rosenstein-parkrun-stuttgart

www.instagram.com/rosensteinpark_parkrun

E-Mail: rosensteinpark@parkrun.com

