

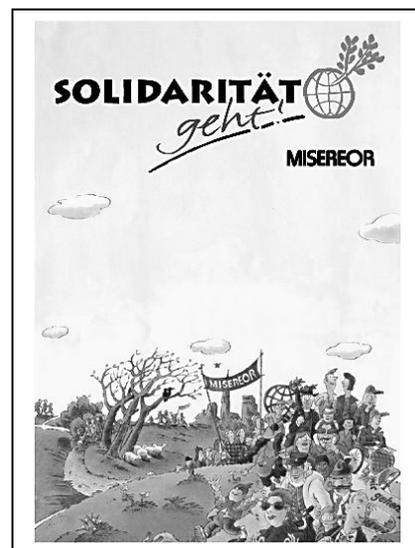
Schön, dass Sie und Ihr mitmacht beim

Vietnam-Lauf

am Samstag, 05. April 2025

Liebe Läuferinnen und Läufer! Toll, dass Ihr Euch entschlossen habt, beim Vietnam-Lauf mitzumachen. Wir haben Euch hier alle wichtigen Informationen über den Lauf aufgeschrieben.

Es wäre schön, wenn Ihr uns eine kurze Mail schickt, dass Ihr dabei seid. Dann erhalten wir einen Überblick über die Läuferzahlen und Ihr erhaltet noch wichtige Informationen, wenn nötig (z.B. dass der Lauf wegen eines Unwetters verlegt wird). Die Mailadresse findet ihr auf der nächsten Seite.



Vor dem Lauf

Allen "Neuen" erklären wir hier, wie der Vietnam-Lauf genau funktioniert: Mit einer Sponsorenliste zieht Ihr los und sucht Sponsoren. Ihr fragt also möglichst viele Leute, ob sie Euch für das Projekt etwas spenden möchten. Das Geld wird aber nicht sofort gegeben, sondern erst mal *versprochen*, und zwar abhängig von Eurer Laufleistung. Jeder Sponsor und jede Sponsorin trägt auf der Liste Name, Anschrift und Betrag ein, den er oder sie pro Kilometer geben möchte.

Sponsoren findet Ihr überall.

Natürlich könnt Ihr Eltern, Verwandte, Schulfreunde, Lehrer und Gemeindeglieder fragen, so wie Veit Nam im Beispiel. Aber denkt auch mal an Nachbarn, Mitglieder Eures Sportvereins, Eurer Musikgruppe, an Arbeitskolleginnen oder an Besitzer von Geschäften, in denen Ihr oft einkauft. Wenn Ihr nun viele Leute gefunden habt und die Liste voll ist, bekommt Ihr Nachschub am Schriftenstand, im Büro, auf der Pfarrei-Homepage oder auf

Beispiel: Veit Nam macht beim Lauf mit. Er fragt seine Oma Käthe Katholy, die ihm 2 € pro Kilometer verspricht. Seine Freundin Eva Geli gibt ihm 50 Cent und Lehrer Manni Matte spendet 1 € pro Kilometer. Wenn Veit jetzt am Lauftag 18 Kilometer zurücklegt, bekommt er insgesamt 63 € zusammen.

Die Rechnung sieht so aus:

Von Oma Käthe	2,00 €/km	x 18 km	= 36,00 €
Von Freundin Eva	0,50 €/km	x 18 km	= 9,00 €
Von Lehrer Matte	1,00 €/km	x 18 km	= 18,00 €
Insgesamt sammelt Veit ein:			63,00 €

Anfrage per Mail. Aber auch wenn Ihr nur wenige Sponsoren findet, ist das überhaupt nicht schlimm! Auch eine kleine Summe hilft dem Projekt und kann viel bewirken - garantiert! Die Sponsoren, die eine Spendenquittung haben möchten, müssen bloß ein Kreuzchen auf der Liste machen. Wichtig ist, dass sie dann ihre vollständige Anschrift mit Postleitzahl eintragen. Bitte achtet darauf! Die Spendenquittungen erhalten die Sponsoren nach dem Lauf über Euch oder per Post.

Wofür ist der Erlös?

In diesem Jahr unterstützen wir die Gastronomiefachschule An Ré Mai Sen in Ho-Chi-Minh-City. Diese hat sich zum Ziel gesetzt, benachteiligten Jugendlichen aus ganz Vietnam den Start in ein selbstbestimmtes Leben zu ermöglichen. Durch eine fundierte Ausbildung als Koch oder Köchin bzw. Hotelfachkraft erhalten die Jugendlichen die reale Chance, auf dem wachsenden Tourismusmarkt eine Anstellung zu finden.

Am Lauftag

Am Lauftag, Samstag, den 05. April 2025, solltet Ihr folgendes mitnehmen, wenn Ihr zum Start kommt: Gut eingelatschte Schuhe, Regenzeug (man kann nie wissen) und die Sponsorenliste. Wenn Ihr wollt, packt eine Trinkflasche ein. Wir laufen bei (fast) jedem Wetter! So ausgerüstet, kommt ihr zu den Startpunkten (St. Annen, Forstweg, Alter Kirchenweg, Parkplatz Norderstedt Mitte, St. Hedwig). Ihr gebt Eure Sponsorenliste ab, werdet in die Startliste eingetragen, bekommt den ersten Stempel und könnt starten. Der Lauf beginnt um 9.30 Uhr. Vorher findet um 9.00 Uhr in St. Annen eine Andacht statt. Wenn Ihr wollt, könnt Ihr auch später starten. Die Strecke wird zwischen St. Annen und St. Hedwig überwiegend auf Sand verlaufen und rund 5 Kilometer pro Richtung lang sein. Auf der Strecke wird gelaufen, gewandert, gejoggt, spaziert, gesprintet oder gegangen: Hauptsache, Ihr kommt (zu Fuß) voran. Die Strecke ist eine Hin-und-Her-Strecke. Ihr könnt sie so oft gehen, wie Ihr Lust habt. An den Posten stehen Helfer bereit, die Euch die Zahl der Kilometer per Stempel bestätigen und Euch kostenlos mit Getränken und einem Imbiss versorgen. Es gibt belegte Brötchen, Rohkost und Kuchen. Um 17.30 Uhr endet der Lauf. Natürlich könnt Ihr auch früher aufhören. Am Ziel wird die Zahl Eurer Kilometer anhand der Stempel errechnet. Ihr bekommt eine Bescheinigung über Eure Laufleistung.

Nach dem Lauf

Nach dem Lauf geht Ihr mit der Bescheinigung zu Euren Sponsoren und bittet sie, Euch das versprochene Geld zu spenden, das sich aus dem Betrag pro Kilometer multipliziert mit Eurer Kilometersumme ergibt. Tragt den erhaltenen Betrag in der Sponsorenliste ein und gebt diese in einem der beteiligten Pfarrbüros ab, wenn abweichende Beträge gespendet worden sind. Nur so können wir sicherstellen, dass der gespendete Betrag auch identisch ist mit dem auf der Spendenbescheinigung. Den Geldbetrag überweist Ihr bitte bis **spätestens zum 15. Mai 2025**.

Kontoinhaber: Kath. Pfarrei St. Katharina von Siena
Bank: DKM Darlehnskasse Münster
IBAN: DE38 4006 0265 0023 0113 02
BIC: GENODEM1DKM

Bitte gebt dabei aber in jedem Fall den Läufernamen und den Verwendungszweck - nämlich Vietnam-Lauf - an. Wenn Ihr das Geld nicht überweisen könnt, kann es auch in einem der Pfarrbüros abgegeben werde. Wir leiten das Geld dann an Misereor weiter.

Weitere Fragen?

Kontaktiert uns gern unter sponsorenlauf@kvs-hh.de.



St. Annen



St. Hedwig



Hl. Familie

Sponsorenliste Vietnam-Lauf 05. April 2025



St. Annen



St. Hedwig



Hl. Familie



Läufer	Anschrift	Telefonnummer	Seite
Gemeinde		eMail-Adresse	

Ich erkläre mich als Sponsor bereit, für jeden nachweislich gelaufenen Kilometer den von mir eingetragenen Betrag in € zu spenden. Ich gebe an, ob ich eine Spendenquittung wünsche oder nicht.

Gerne stellen wir Ihnen ab einem Betrag von 15€ eine Spendenquittung aus, wenn Sie Ihre vollständige Anschrift angeben. Vielen Dank!

Nr.	Sponsor	Straße Postleitzahl, Ort	Betrag pro km	Festbetrag	Tatsächlich gespendeter Betrag	Spenden- quittung
01						<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
02						<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
03						<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
04						<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
05						<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
06						<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
07						<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
08						<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
09						<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein

Ist die Seite schon voll? In den Gemeinden gibt es weitere Sponsorenlisten. Viel Spaß beim Sammeln!
Die auf der Sponsorenliste angegebenen Daten werden ausschließlich zur Abwicklung des Sponsorenlaufes verwendet. Die Originale werden aus steuerrechtlichen Gründen in der Pfarrei archiviert.
Fragen? Infos? Schicken Sie eine Mail an sponsorenlauf@kvs-hh.de!