

## Erst bewegen, dann kommt das Glück

Eine Challenge für Läufer und Walker

- Begonnen wird am Montag, 01.02.2021. Insgesamt endet sie am 28.03.2021!  
Das sind 8 Wochen, 8 Challenges, 8 Gewinner. Gleichstand bedeutet teilen!
- gelaufen / gewalkt werden grundsätzlich zwischen 10 und 18 Km (**das Ergebnisfenster**) pro Woche, mindestens 10!, aber mehr als 18 = Läufer / Walker = 14 geht auch (s. noch unten)
- also: nur laufen = 10-18 Km / nur walken = 10-14 Km / gemischt = 10-18 Km
- in wieviel Trainingseinheiten, eben auch walken/laufen gemischt, eure Km-Zahl erreicht wird, die in diesem **Ergebnisfenster (10-18 / 10-14)** liegt, ist egal
- wer mehr als 18 Km (für Walker gilt hier 14!!) zurücklegt, darf einen Wert bestimmen (eben eine Zahl zwischen 10 und 18, die mit 2 Stellen hinter dem Komma zu benennen ist, das **Fenster 10-18** gilt auch für die Walker)
- für jede Woche wird im Voraus ein **Glückswert** ( z.B. **14,48** ) festgelegt!
- wer von allen Teilnehmern diesem Wert am nächsten kommt, erhält einen Gutschein in Höhe von 30,-€ eines ortsansässigen Geschäftes (z.B. Weißes Ross, Trüter, Marienfeld, Bücherkiste, oder aber -grins- erhält eine Spendenquittung über 30,-€ an den Tierschutz oder die Jugendfeuerwehr ).

### Ein Beispiel:

Ich lege für die 1. Challengewoche die Zahl **14,48** (der **Glückswert** der 1. Woche) fest. Alle Teilnehmer walken oder laufen (**kein** Spaziergang mit Hund oder Rad fahren oder wandern, eben walken und laufen!).

*Max Minimal* legt in 2 Trainingseinheiten ( 5,62 und 5,51 Km ) 11,13 Km zurück und ist somit 3,35 Punkte vom Glückswert entfernt!

*Paula Optimal* läuft und walkt 3 mal ( 7,60, 10,30, 8,35 Km), also 26,25 Km.

Da sie mehr als 18 Km auf der Uhr hat, darf sie sich einen Wert (**im Ergebnisfenster 10-18**) aussuchen! Sie meldet 16,00 und ist damit 1,52 Punkte vom Zielwert entfernt.

1,52 ist besser/dichter dran als 3,35, also gewinnt Paula.

Hätte Paula nach dem 2. Training aufgehört (7,60 + 10,30), wäre ihr Wert 17,90 gewesen! 3,42 vom Glückswert entfernt hätte bedeutet: NICHT gewonnen, weil *Max Minimal* mit 3,35 dichter dran ist.

Susann und ich sind außen vor. Die Glückswerte und Reihenfolgen der „Gewinne“ sind festgelegt. Alles liegt unserem Noch-Vorsitzendem Gerd Barke per Email bis 31.01.2021 vor. Es läuft wie gehabt!! Ihr meldet eure Ergebnisse mit Foto per whatsapp an mich. 1. Meldung bedeutet auch Anmeldung. Hier gibt es die Liste, die ich 2mal in der Woche und sonntags (da auch als Mailanhang) veröffentliche. Meldeschluss ist immer sonntags 17.00 Uhr!!! Taktieren überlasse ich euch.

**Also..... erst bewegen, dann kommt das Glück!**