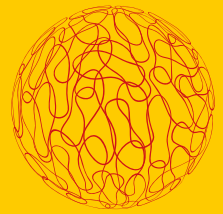




**DHL  
STAFETTEN**  
AARHUS



**AARHUS  
MOTION**

# MAGASIN 2024



Mindeparken Aarhus

**20 - 22.  
AUGUST**

LØBSINFORMATION

**ALT DU SKAL  
VIDE OM  
DHL STAFETTEN**







## Velkommen til DHL Stafetten 2024

Aarhus Motion byder endnu engang velkommen til årets største firmafest, når DHL Stafetten 2024 løber af stablen for 42. gang i Mindeparken, Aarhus.

Til DHL Stafetten er der plads til alle - nogle starter festen med en hyggelig 'walk and talk' i Aarhus' smukkeste bøgeskov, og andre får pulsen helt op til 5x5 km stafetløb.

Som noget nyt har vi i år gjort lidt ekstra ud af startområdet til walkerne. Ved startområdet lægger vi op til et brag af en 80'er fest, hvor en DJ, udklædte heppere og pynt vil sende deltagerne tilbage i tiden til "Don't Stop Believin", "99 Luftballons" og "Footloose". I målområdet er stemningen mindst lige så god, da live musik fra "Life of a Busker" byder walkerne velkommen i mål.

Efter den aktive indsats kan deltagerne fra de ca. 1.000 offentlige og private virksomheder nyde en mindeværdig sensommeraften, hvor hverdagens rammer brydes, og fællesskabet styrkes. Med Aarhus Bugt i forgrunden og Marselisborg Slot i baggrunden, har vi rammerne for den bedste aften, der afsluttes med fyrværkeri.

Vi ønsker jer alle sammen en fantastisk aften!

**Løbehilsner fra  
Team Aarhus Motion**

**VI SES**  
20. - 22. aug.  
i Mindeparken



## TIL STAFETLØBERNE LØBSINFORMATION

### Start

Stafetten afvikles med start og mål midt i Mindeparken, og starterne foregår i grupper. Af hensyn til tidtagning er det vigtigt, at disse gruppeinddelinger overholdes.

Holdnr.	Starttider
1 - 499 .....	kl. 18.30
500 - 999.....	kl. 18.33
1000 - 1499.....	kl. 18.36
1500 - opefter.....	kl. 18.39

### Startnumre

Startnummeret er forsynet med et skiftenummer. Første løber på holdet bruger startnummer med skiftenummer 1, anden løber 2, osv. Startnummeret er mærket med løbsdag, og alle deltagere skal bære startnummeret, så det er synligt. Sikkerhedsnåle er i kuverten.

### Skiftezone

Skiftezone er forsynet med nummerskilte. Placer dig i zonen, som passer til dit startnummer. Når din holdkammerat kommer løbende, så gør opmærksom på dig selv – du kan evt. råbe vedkommendes navn. Vis hensyn over for andre løbere.

### Tidtagning

I kuverten med startnumre finder I depechen til DHL Stafetten, som I skal huske at medbringe. Ingen depeche - ingen tidtagning.

### Ruten

Ruten er 5 km lang og tydeligt afmærket. Der er kilometerskilte for hver kilometer. Hold venligst til højre på ruten, så der kan overhales. Ruten starter med at løbe op mod Kongevejen. Skulle I være uheldige at blive skadet på ruten, kontakt da nærmeste official eller samaritterne på 93 98 82 00.



## TIL WALKERNE LØBSINFORMATION

### Start

DHL Walk starten afvikles i bunden af Mindeparken på følgende tidspunkter:

Holdnr.	Starttider
10.000 - 10.199 .....	kl. 19:00 - 19:03
10.200 - 10.399 .....	kl. 19:06 - 19:09
10.400 - 10.599 .....	kl. 19:12 - 19:15
10.600 - 10.799 .....	kl. 19:18 - 19:21
10.800 - 10.999 .....	kl. 19:24 - 19:27
11.000 - 11.999 .....	kl. 19:30 - 19:33
11.200 - opefter .....	kl. 19:36 - 19:39

### Startnumre

Startnumrene skal bæres på brystet og er mærket med walk-dag. Sikkerhedsnåle er i kuverten.

### Tidtagning

Et af de fem startnumre til walk har en engangschip, der registrerer jeres tid. HUSK derfor at én af deltagerne skal bære dette nummer.

### Ruten

Start ved Monumentet i bunden af Mindeparken. Ruten er 5 km og tydeligt markeret med kilometerskilte for hver kilometer. Skulle I være uheldige at blive skadet på ruten, kontakt da nærmeste official samaritterne på 93 98 82 00.







# GENEREL INFORMATION



## Gangbroer

I begge ender af parken er der gangbroer. Benyt disse for at krydse løberuten.

## Madkasse

Alle hold, som har sagt "ja tak" i tilmeldingen, modtager en DHL Madkasse samt øl, vin eller sodavand efter eget valg. Madkassens indhold kan ses på aarhusmotion.dk. Madkassen kan hentes mellem kl. 16.00 – 21.00.

Husk at medbringe kuponen med stregkoden.

## Drikkevarer

Der kan afhentes og købes drikkevarer tre steder på pladsen. Husk, at I ved afhentning skal fremvise startnummer og aflevere drikkebilletter. Vi tilbyder fadøl, vin, vand og sodavand. Vær opmærksom på, at betaling kun kan ske med MobilePay.

## Pant

Al pant, der indsamles til DHL Stafetten i Aarhus, går ubeskåret til de Danske Hospitalsklovne.

## Affald

Affald skal grovsorteres.

Uden for teltet står der containere til pant og restaffald.

På pladsen er der tre områder, hvor pap kan afleveres. Vi håber, I vil være med til at gøre DHL Stafetten grønnere.

## Grillregler

I Mindeparken må der IKKE bruges engangsgrill. Grill skal placeres mindst 5 meter væk fra brandbart materiale eller i de markerede grillområder. Efter endt brug af grill skal grillkullene slukkes og bortskaffes. Brug evt. de 6 markerede kulcontainere. Skulle uheldet være ude, kontakt da straks en official. I alle telte og markerede privatområder vil der være håndsprøjter. Ved brug af egen gasgrill: Husk at få tjekket slanger og gasregulatoren. Læs mere på aarhusmotion.dk.

## Private pavilloner

Området til privat opstillede pavilloner er på områdekortet markeret med bogstaver. Privat opstillede pavilloner må maksimalt være 3x3 meter. Sættes flere pavilloner op sammen, må de ikke

overskride 36 m<sup>2</sup> pr. firma.

Egne pavilloner kan opstilles fra kl. 08.00 på løbsdagen og skal være nedtaget senest kl. 23.00 samme aften. Skal pavillonen benyttes igen næste dag, skal den mærkes med et skilt, der kan afhentes i informationen.

## Parkering - undgå P-bøder

Der henvises til p-pladserne ved Jysk Væddeløbsbane. Parkeringen ved Jysk Væddeløbsbane er overvåget og koster 30 kr. pr. dag. Dette parkeringsgebyr går til vedligeholdelse af væddeløbsbanen samt vagter, der er tilstede under arrangementet. Parkering er på eget ansvar, og lad ikke værdigenstande blive liggende i bilen.

Væddeløbsbanen skal forlades senest kl. 22.45.

## Cykelparkering

På et afmærket område ved Kongevejen neden for Marselisborg Slot samt i bunden af Mindeparken i indkørslen fra Ordrupvej er der cykelparkering. Området er under opsyn af officials, men parkering er på eget ansvar.

## Toiletter

I Mindeparken er der opstillet toiletter flere steder.

## Samaritter

Findes ved den store startportal i Mindeparken. Skulle I være så uheldige at blive skadet på ruten, kontakt da nærmeste official.

## Madspild - Nej tak

Din mad kan hjælpe andre.

Overskydende mad fra madkassen kan afleveres i teltet "Madspild – Nej tak" på pladsen. Kun mad i ubrudt emballage modtages. Maden bliver fordelt til forskellige hjælpeorganisationer og væresteder i Aarhus.

## MySelfie - Holdfoto

Der vil være tre MySelfie spots rundt i parken. Billederne er gratis og kan tilsendes til eget mobilnummer.

## Fyrværkeri

Kl. 21.45 hver aften.



# RUTEKORT 2024 STAFET



**Når startskuddet lyder, er det igen i år med sensommersolen i ansigtet og med udsigt op imod Marselisborg Slot.**

# RUTEKORT 2024 WALK



**Ruten starter tilbage i tiden, idet vi forvandler startområdet til en stor 80'er fest. I målområdet modtages walkerne til tonerne af live musik fra Life of a Busker.**



# GÅ PÅ OPDAGELSE I MINDE- PARKEN

Hos Aarhus Motion elsker vi at overraske vores deltagere og klæde Mindeparken på til fest. Der er nye tiltag på programmet hvert år, og da vi har svært ved at skille os af med dem igen, så er listen over oplevelser i Mindeparken blevet lang. Nedenfor finder du et udpluk af disse.

NYHED  
**80'ER  
ZONEN**

Som noget helt nyt i år byder vi op til dans i startområdet for walkerne. I år har vi nemlig lavet en 80'er zone med disco og 80'er stemning. En DJ vil spille alt fra Queen til Whitney Houston, så kom forbi og deltag i festen.

## Parably alleen

Halvejs på løbets rute møder du paraplyparaden. Her løber du sammen med de andre deltagere under en sky af paraplyer i DHL's røde og gule farver.



## Aarhus Motion hashtag

I midten af parken kan du opleve meterhøje bogstaver, som tilsammen danner ordet: #aarhusmotion.

### Foto

Del gerne jeres billeder på de sociale medier med hashtagene #dhlstafetten og #aarhusmotion



## Memory lane

Hvornår var det, Kronprinsen løb med, og hvor længe har walk-ruten eksisteret? Bliv klogere på DHL Stafettens historie på historievæggene i parken.



## Ta' en holdselfie

Du og dit hold har mulighed for at få et sjovt minde med på mobilen. Der er opstillet tre kameraer med selvudløser, så I kan tage nogle sjove billeder i god kvalitet.





#teamlidl

# Skal du løbe videre sammen med os?

Søg allerede nu!



## Bliv en del af et seriøst godt sammenhold

Vi har verdensklasse muligheder på vores hovedkontor i hjertet af Aarhus!

Du kan blandt andet blive en del af et seriøst godt sammenhold i Marketing, HR, Indkøb, eller Finance.

Find dit næste drømmejob på [karriere.lidl.dk](https://karriere.lidl.dk)



Sammen er vi verdensklasse.



## DHL STAFETTEN 2024 PROGRAM 20 - 22. AUGUST I MINDEPARKEN

### Start løb

KL. 08:00 - Opstilling i privatområder er muligt  
KL. 16:00 - Pladsen åbner  
KL. 18:15 - Velkommen v. dagens starter  
KL. 18:20 - Fælles opvarmning ved startportalen

KL. 18:30 - Start for holdnr.	1 - 499
KL. 18:33 - Start for holdnr.	500 - 999
KL. 18:36 - Start for holdnr.	1000 - 1499
KL. 18:39 - Start for holdnr.	1500 - opefter

KL. 21:30 - Sidste løber forventes i mål  
KL. 21:45 - Fyrværkeri

### Start walk

KL. 08:00 - Opstilling i privatområder er muligt  
KL. 16:00 - Pladsen åbner  
KL. 18:45 - Velkommen ved walk start

KL. 19:00 - 19:03: Start for holdnr.	10000 - 10199
KL. 19:06 - 19:09: Start for holdnr.	10200 - 10399
KL. 19:12 - 19:15: Start for holdnr.	10400 - 10599
KL. 19:18 - 19:21: Start for holdnr.	10600 - 10799
KL. 19:24 - 19:27: Start for holdnr.	10800 - 10999
KL. 19:30 - 19:33: Start for holdnr.	11000 - 11199
KL. 19:36 - 19:39: Start for holdnr.	11200 - opefter

KL. 21:30 - Sidste løber forventes i mål  
KL. 21:45 - Fyrværkeri





saucony

# HURRICANE 24

Ønsker du fantastisk komfort, suveræn støddæmpning og enestående stabilitet? Oplev den nye Hurricane 24 - skabt til at forkæle dine fødder. Den er blød som en fjer og responsiv som en fjeder. En perfekt afbalanceret løbesko til dig, der ønsker at have det bedste på dine fødder, uanset om du løber korte eller lange distancer.



## DHL STAFETTEN 2024 OVERSIGTSKORT





# FÆLLESSKAB OG SAMVÆR I LØBESKO

Hos virksomhedsfællesskabet, kirstinelund, hvor livskvalitet og arbejdsglæde går hånd i hånd, er DHL Stafetten mere end blot et årligt stafetløb. Det er et årligt højdepunkt, hvor virksomheder og deres medarbejdere samles til en aften med fællesskab, samvær og god energi.

DHL Stafetten er en kollegial sensommeroplevelse, der for 42. gang løber af stablen den 20.-22. august 2024 i Aarhus. Igen i år er virksomhedsfællesskabet kirstinelund at finde i Mindeparken, og for dem handler DHL Stafetten om mere end et stafetløb. Det er et udtryk for fællesskab, engagement og glæde, og arrangementet er en mulighed for at styrke relationer og skabe gode minder på tværs af virksomheder og individer.

## Et traditionsrigt arrangement

Fællesskabet kirstinelund har deltaget i DHL Stafetten i mange år, og hvis man spørger dem selv, så har de været med "tæt på altid". Hvert år gør de sig umage for at skabe en så god aften som muligt for deres deltagere. Det betyder, at DHL Stafetten efterhånden er blevet en traditionsrig oplevelse, hvortil eventkoordinator og netværksfacilitator Rikke Dige Honum fortæller: "De virksomheder, som har været med i mange år, kommer tilbage og er med igen."

Et arrangement som DHL Stafetten er, ifølge Rikke Dige Honum, en oplagt mulighed til at styrke fællesskabet og

sammenholdet på tværs i virksomhedsfællesskabet. Derfor har kirstinelund et særligt fokus på at få så mange virksomheder med som overhovedet muligt. Hun fortæller blandt andet:

*"Vi gør os umage for at lade virksomhederne vide, at DHL Stafetten er en gylden mulighed for at samle sit team. Begivenheden er der, platformen er der, forplejningen er der. Min invitation til virksomhederne er: grib muligheden - og hvis I vil, så tilføj evt. jeres eget team-element eller tema til dagen og aftenen."*

I 2023 kunne kirstinelund samle 130 deltagere og cirka 30 heppere til DHL Stafetten, hvilket vidner om, at opbakningen til arrangementet er rigtig god.

## Fællesskab og sammenhold på tværs

DHL Stafetten giver mulighed for at dyrke fællesskabet og sammenholdet under åben himmel. For kirstinelund åbner DHL Stafetten op for en god oplevelse på tværs af individer, teams og virksomheder. Den gode oplevelse bliver en fælles referenceramme, som skaber et fælles sprog og dermed resulterer i en fællesskabsfø-

lelse, hvilket er helt afgørende for idéen om et virksomhedsfællesskab. Denne følelse kan mærkes, og den understreges desuden ved, at mange virksomheder har ens løbetrøjer.

## Stemning i top

De tre sensommeraftener i august er i sandhed festlige, og den gode stemning kan ikke andet end at smitte. For kirstinelund er den gode stemning noget af det, der kendetegner DHL Stafetten:

*"Stemningen er i top til DHL Stafetten - både pga. Aarhus Motion og det store stykke arbejde, der bliver gjort fra deres side - og den stemning vi selv er med til at skabe i vores telt. Vi får kun det sjov, vi selv laver", fortæller Rikke Dige Honum.*

Hvert år prioriterer kirstinelund at skabe en hyggelig stemning på tværs. Dagen udvikles og afvikles desuden i samarbejde med blandt andet Fit&Sund, som er en del af virksomhedsfællesskabet. Fit&Sund faciliterer fælles løbetræninger forud for DHL Stafetten, og de står for opvarmning i kirstinelunds telt for de deltagende.

HVEM ER KIRSTINELUND?

kirstinelund er et virksomhedsfællesskab og et sted, der gør en forskel for mennesker og virksomheders dagligdag. Med det hele menneske som deres udgangspunkt udfordrer de den måde, arbejdslivet leves på. kirstine-lund arbejder for at skabe livskvalitet for den enkelte. Læs mere på [kirstinelund.nu](http://kirstinelund.nu)

# FLERE END 100 FORENINGER MODTAGER ÅRLIGT STØTTE FRA AARHUS MOTION

180.000 KR  
TIL KNÆK CANCER

32.800 KR  
TIL JULEMÆRKE  
HJEMMENE

33.800 KR  
TIL LØB FOR BØRN  
MED HANDICAP

100.000 KR  
TIL KAREN BLIXEN  
CAMP TRUST

50.000 KR  
TIL TRYGFONDENS  
FAMILIEHUS

2.500.000 KR  
TIL DE ØSTJYSKE  
FORENINGER

80.000 KR  
TIL DE DANSKE  
HOSPITALSKLOVNE

25.000 KR +  
TILMELDINGSHÅNDTERING  
TIL FRIVILLIGFEST

“

Vi er utrolig taknemmelige for, at Aarhus Motion har valgt at støtte vores familier og vores hus.

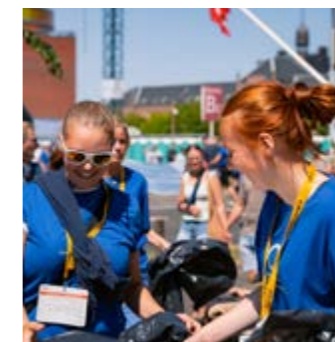
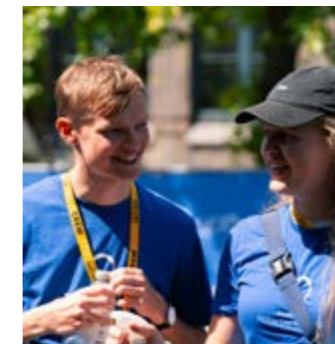
I Familiehuset bor der hvert år flere end 450 familier med alvorligt syge børn. Huset er deres trygge base og det hjem, hvor hele familien kan bo sammen i en svær periode i deres liv - imens deres barn modtager behandling på Aarhus Universitetshospital.

Aarhus Motions flotte donation bliver fordelt på to af vores vigtigste områder, dels en årlig værelsesdonation, der betyder at familiernes udgift til at bo på værelset bliver holdt nede på kr. 100 pr. nat, dels på de aktiviteter som vores 70 fantastiske frivillige skaber for børnene og familierne.

Det er f.eks. nem aftensmad til børnene, aktiviteter i vores café Spiren, glade spontane stunder for børnene, pyntning af huset til højtider, fejring af fødselsdage etc. I det hele taget alt det der skal til for at skabe følelsen af hjem og tryghed, som er så vigtig for vores familier.

Af hjertet tak for jer og jeres omtanke.

Leder TrygFondens Familiehus  
Vinni Stenholt



“

Vi har blandt andet hjulpet med klargøring inden BESTSELLER Aarhus City Halvmarathon, hvor vi har sat bannere op, tømt skraldespande og andet forefaldende arbejde dagen inden løbet. På dagen under løbet har vi be-nyttet et væskedepot, hvor vi har sørget for, at løberne kunne få lidt at drikke og løbe igennem en human car wash. For de hjælpere der har deltaget har det været nogle hyggelige dage, vi har haft et godt samarbejde, og vi ser tilbage på dagene med glæde.

De penge vi har modtaget for vores hjælp er blevet benyttet som et tilskud til vores tur til Schweiz sidste sommer, så spejdernes egenbetaling ikke skulle være så stor. Ligeledes glæder vi os også til at skal hjælpe til i år.”

KFUM-Spejderne Harlev-Framlev  
Lone Aaby



“

“Vi har hjulpet i en del år efterhånden, de seneste år især ved DHL Stafetten og Halvmaraton.

Det giver os jo mulighed for at tjene nogle penge til foreningen, hvor vi bruger pengene på at tage på kluture i ind- og udland med børn, unge, voksne og forældre.

I 2021 blev vi kåret til årets Frivillige Forening i Aarhus, en pris vi bl.a. fik, fordi vores medlemmer - og rigtig mange tidligere medlemmer - stiller op til arrangementer som jeres, som er en god anledning til at mødes om noget andet, end det vi plejer, og lærer hinanden bedre at kende på kryds og tværs.”

Brydeklubben Thrott  
Esben Fønnesbek Zwergius





## TUNØ LØBET

- Tunø
- 8,5 km
- Fredag 30. august

KLIK HER  
**FOR MERE INFO**

Tunø Løbet er et hyggeligt og anderledes løb, hvor omgivelserne er som taget ud af en Morten Korch film. Præmien efter løbet er en (valgfri) dukkert i havet. Vi hygger med en let anretning på den lokale kro, inden færgen atter sejler mod Hou.



## CHRISTMAS CITY RUN

- Bispetorv, Aarhus
- Valgfri distance
- Onsdag 4. december

KLIK HER  
**FOR MERE INFO**

Tag med til Christmas City Run og kom i julestemning i Aarhus på en helt ny måde. Løbet minder om et orienteringsløb, som tager dig forbi lokationer i Aarhus fyldt med julestemning. Det bliver sjovt og hyggeligt, og ALLE kan være med!



## LØBESHOP.DK MOESGAARD TRAIL RUN

- Moesgaard Museum
- 4 km og 7 km ( løb / walk )
- Søndag 29. september

KLIK HER  
**FOR MERE INFO**

Mærk benene syre til på stigningen op ad taget på Moesgaard Museum, glem tiden, fokuser på det ujævne terræn og nyd den smukke natur, der så småt er begyndt at iklæde sig efterårets farver. .

## VINTERLØBENE 2025 - JANUAR - MARTS



## LØB FOR KNÆK CANCER

- Mindeparken, Aarhus
- 4 km & 7 km (løb / walk)
- Lørdag 26. oktober

KLIK HER  
**FOR MERE INFO**

På selve dagen for det store indsamlingsshow på TV 2 har du mulighed for at mødes med familien, venner eller kollegaer til en hyggelig løbe- eller gåtur i Mindeparken på en 4 eller 7 km distance. Hele overskuddet fra løbet går til Knæk Cancer-indsamlingen.



**TILMELDING TIL EFTERÅRET  
PÅ AARHUSMOTION.DK**







# BESTSELLER

## Aarhus City Halvmarathon

# 15. JUNI 2025

TILMELD DIG PÅ [AARHUSMOTION.DK](https://aarhusmotion.dk)

## BESTSELLER AARHUS CITY HALVMARATHON 2025 LØBEFEST I SMILETS BY

**BESTSELLER Aarhus City Halvmarathon blev i år udsolgt, så vi kan vist roligt sige, at løbet er populært. Skal du med i 2025, så skal du ikke vente for længe med at købe dit startnummer.**

### LØBEFEST I HELE BYEN

13.000 seje løbere, 60.000 tilskuere og mere end 60 hotspots er med til at holde et brag af en løbefest i Smilets By. Vi garanterer en dag, hvor hele følelsesregistret bliver aktiveret. Spændingen inden startskuddet lyder, op- og nedture undervejs på ruten og ikke mindst sejrsmomentet, når målstrengen passerer. Oplevelsen afsluttes med en medalje om halsen, hygge i Rådhusparken og den bedste fornemmelse i kroppen.

### RUN WITH ME

Kender du en, der skal deltage i BESTSELLER Aarhus City Halvmarathon, så kan du tilmelde dig Run With Me – en unik mulighed for at opleve magien til løbefesten. Distancen er ca. 11 km og udgør den sidste halvdel af halvmarathonruten. Halvmarathondeltageren 'samler dig op' i Run With Me zonen, hvorfra I følges ad frem mod mål. Du kan således træde til med frisk energi og give den max gas med opmuntrende tilråb og mental opbakning på de tidspunkter, din buddy har brug for det.

### DETTE FÅR DU

- Specialdesignet T-shirt
- Finishermedalje
- Drikkedunk
- Forplejningspose i mål
- 4 væskedepoter med vand og energi
- Mellemtider ved 5, 10, 15 & 20 km
- Underholdning i topklasse
- Fartholdere
- Gratis garderobe
- 100% afspærret rute

KLIK HER  
**FOR  
MERE  
INFO**





[www.eventsupply.as](http://www.eventsupply.as)

Mobile toiletter fra MARS  
Hvor som helst – når som helst

Mars Eventsupply A/S leverer toiletter,  
hegn, eventvogne og andet til bl.a.  
BESTSELLER Aarhus City Halvmarathon  
og DHL Stafetten.

**MARS A/S**  
**STILLADSER**



[www.stilladser.dk](http://www.stilladser.dk)

Mars Stilladser A/S leverer gangbroer,  
spekertårne, tv-tårne og stilladsportaler til  
bl.a. BESTSELLER Aarhus City Halvmarathon  
og DHL Stafetten.



**DHL**  
**STAFETTEN**  
**AARHUS**

**SKAL I MED IGEN I 2025 TIL  
ÅRETS STØRSTE FIRMAFEST**

**19. AUGUST - 21. AUGUST**