

## Newsletter Sozialwerk.Bund

Nr. 07 vom 03.03.2015

### 8. RUN ums Rantumbecken - Natur- und Wellnesslauf am Sonntag, 20. September 2015

Etwa 10 Kilometer lang ist der Lauf rund um das Sylter Naturschutzgebiet Rantumbecken. Gelaufen wurde ausschließlich auf Deichen. Die Strecke bietet auf allen Abschnitten die wunderschönen Wasserwelten des Nationalparks Wattenmeer, der im Jahr 2009 zum UNESCO-Weltnaturerbe ernannt wurde.



#### Wie in den vergangenen Jahren wird auch diesmal wieder im Uhrzeigersinn gelaufen

„Wir wollten die Läufer zuerst auf den wirklich anstrengenden Teil der Strecke schicken. Die Nord- und Westseite des Beckens verläuft über die teils unbefestigte Deichkrone auf Rasenpfaden, die je nach Wetter auch schlammig und rutschig sein können. Dort sind die Läufer noch fit, um diesen ersten Abschnitt gut hinter sich zu bringen. Das wirkliche Highlight des Laufes, der lange Deich auf der Ostseite, der nach dem Getränkestand auf dem Deich beginnt, wird so zum krönenden Abschluss des Laufes“, so der Veranstalter Steffen Jahrmak vom Insel Sylt Tourismus-Service.

#### Besondere Bonbons hält das Dorfhotel Rantum bereit

Nach dem Lauf können sich alle Teilnehmer im SPA-Bereich des Dorfhotels gegen Vorlage der Startnummer kostenlos aufhalten und kurz und sportlich massieren lassen. Außerdem spendiert das Dorfhotel allen Teilnehmern ein kostenloses Frühstücksbuffet nach dem Lauf. Sogar Familienmitglieder und Fans der Läufer können bis 13 Uhr für einen Sonderpreis das Frühstücks-Buffer genießen.

Der Kostenbeitrag beläuft sich auf 19,- Euro pro Person zzgl. Leihgebühr (1,- Euro) und Pfand (10,- Euro) für den Chip zur Zeitmessung.

Alle Informationen finden Sie auf folgender Internetseite:

<http://www.insel-sylt.de/veranstaltungen/run-ums-rantumbecken.html>

Unsere **Ferienhäuser Immenhus und Raanhus** in Rantum auf Sylt haben noch Zimmer und Appartements frei.

Weitere Informationen sowie Auskunft über freie Zeiten erhalten Sie direkt bei der Hauptgeschäftsstelle in Wiesbaden unter der Telefonnummer 0611/75-2010 oder auf unserer Homepage.



© Leserfoto Uhlig