

1. CANOSSA Benefiz Berglauf[®]



11. September 2021

1. CANOSSA Benefiz Berglauf[®]

Burgberg – Bad Harzburg

Wen wollen wir mit dem Benefizlauf unterstützen ?

Wie wollen wir unterstützen ?

- durch Sport und Musik die persönliche Entwicklung von jungen Menschen fördern
- Bildung ermöglichen, ungeachtet des familiären und finanziellen Hintergrunds
- Inklusionsmaßnahmen in sportlichen und musikpädagogischen Bereichen fördern
- die motorischen Fertigkeiten und komplexe Koordination durch sportliche als auch musikalische Förderung verbessern
- die intellektuellen Entwicklung, geistige Leistungsfähigkeit, Empathie und Disziplin unterstützen
- Entwicklung eines Zusammengehörigkeitsgefühl bei Jugendlichen unterstützen



Berührende Erfolge durch Inklusion

Integration von Jugendlichen mit Handicap

durch die Kreismusikschule Goslar und Sportvereine

Unsere Partner:



„Gang nach Canossa": Bedeutung

Beim Gang nach Canossa handelt es sich um eine Redewendung, die einen **beschwerlichen Weg einer Person beschreibt**.

„Gang nach Canossa": Herkunft

Mit dem Gang nach Canossa wird in der Geschichte der Bitt- und Bußgang des Königs Heinrich IV. von Dezember 1076 bis Januar 1077 zum Papst Gregor VII. auf die Burg Canossa tituliert.

Der Papst lebte als Gast der Markgräfin Mathilde von Tuszien auf der Burg und sollte dem König seine verlorengegangene Handlungsfähigkeit zurückgeben. König Heinrich IV. war nämlich aufgrund eines Investiturstreits exkommuniziert worden.

Die Legende besagt, dass der König ganze drei Tage kniend vor der Burg um Einlass gefleht haben soll. Die Situation war folglich unheimlich erniedrigend und unangenehm. Des Weiteren kam schon der lange Weg zur Burg einem Spießrutenlauf gleich. Die Herzöge versperrten dem König den Alpenübergang nach Italien, sodass nur ein gefährlicher Umweg über Burgund sowie den Mont Cenis in Frage kam.



Ablass Urkunde

FÜR STRAPAZEN, MÜHSAL UND WOHLTÄTIGKEIT
BEIM

CANOSSA
BENEFIZ BERGLAUF®



DEM KAISERIN UNSERER ZEIT



Aus Strapazen gehen wir gestärkt hervor –
und stärken Kinder, die uns brauchen.

... für Teilnahme und Spenden

die „Ablass Urkunde“

Der CANOSSA Benefiz Berglauf® 2021



- Wann: **Samstag, den 11. September 2021, Start ab 10 Uhr**
- Start: Oberer Kurpark, vor Talstation Bergbahn, Bad Harzburg
- Ziel: CANOSSA Säule, Burgberg, Bad Harzburg
- Läufe:
- 6 km Laufen
 - 6 km Walken/Wandern
 - 12 km Laufen
- Kategorien:
- schnellster Läufer, schnellste Läuferin, schnellste Altersklasse
 - schnellstes Team (min. 5 Personen pro Lauf)
 - größtes Team (für alle stattfindende Läufe)

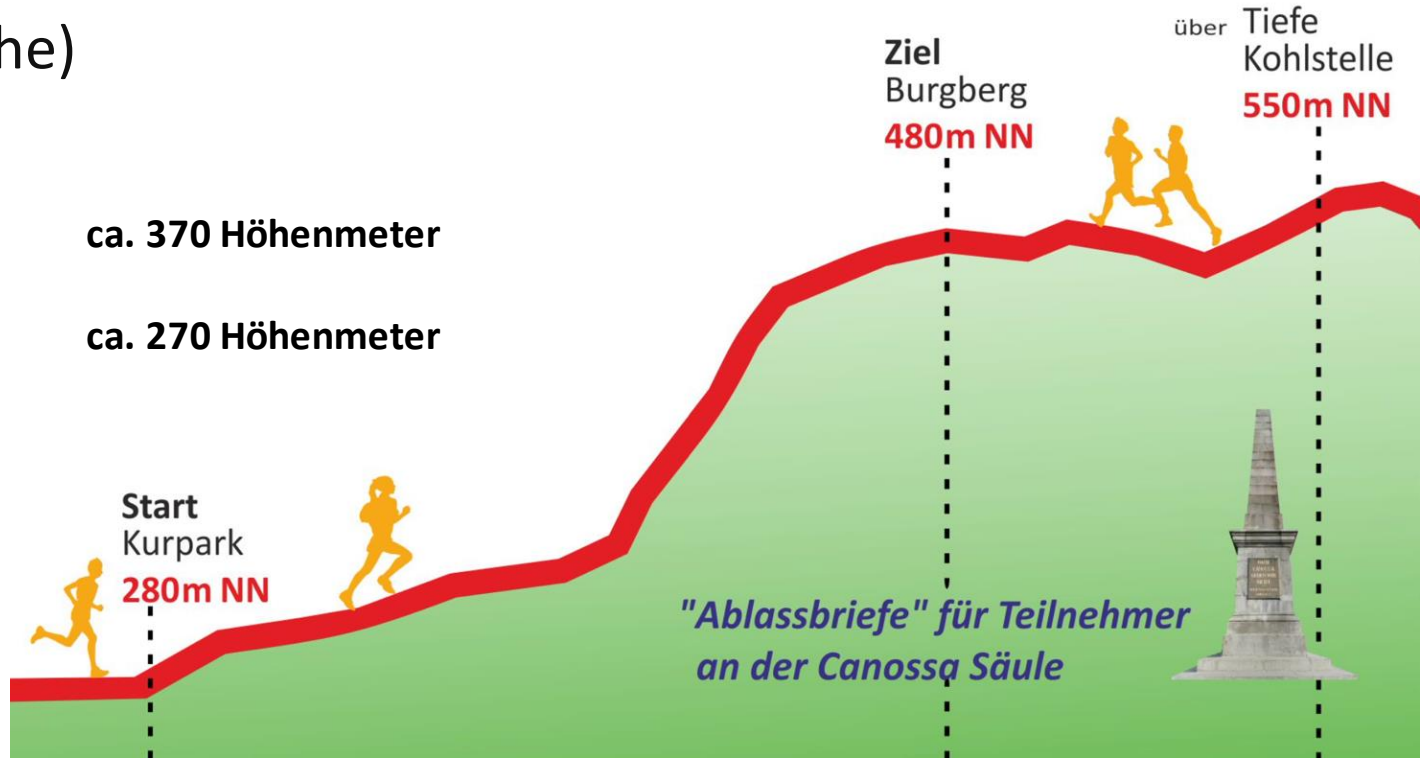
Zeitplan CANOSSA Benefiz Berglauf® 11.09.2021

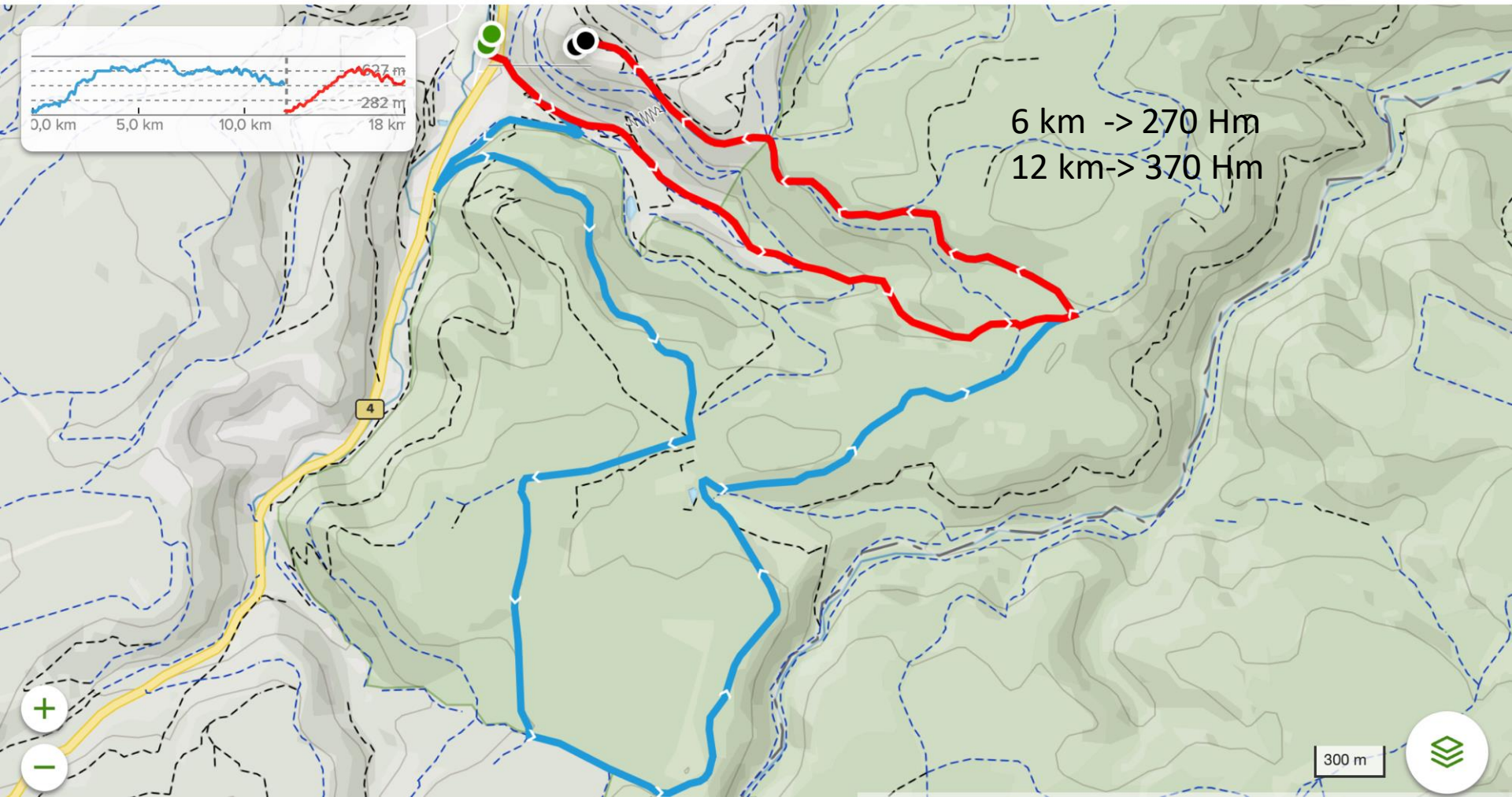


ab 8 Uhr	Ausgabe der Startnummern , Nachmeldung gegen Barzahlung vor Ort
09:45 Uhr	Versammlung der Läufer für die 12 km Strecke im Startbereich
10:00 Uhr	Startschuss für 12 km Lauf
10:15 Uhr	Versammlung der Läufer für die 6 km Strecke
10:30 Uhr	Startschuss für den 6 km Lauf
ab 11:30 Uhr	Siegerehrung mit Übergabe von Preisen und Ausgabe der "Ablass-Urkunden" und T-Shirts an der Canossa-Säule
	Musik und weitere Aufführungen auf dem Burgberg mit Verköstigung durch das Gasthaus „Aussichtsreich“
ab 13 Uhr	After-Race-Party
ca. 15:00 Uhr	Veranstaltungsende

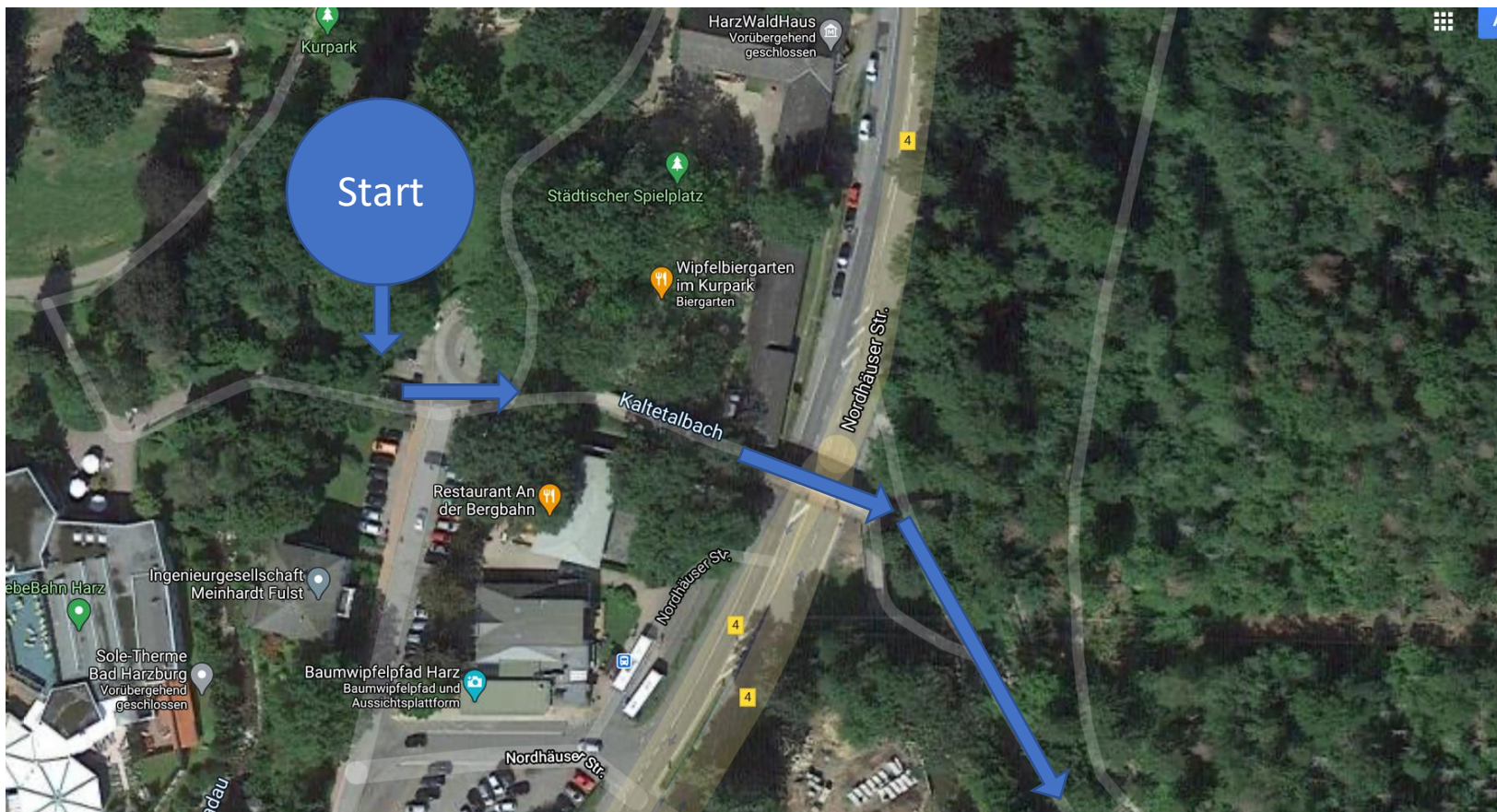
„Es wechselt Pein und Lust. Genieße, wenn
du kannst, und leide, wenn du musst.“
(J.W. von Goethe)

12 km Lauf ca. 370 Höhenmeter
6 km Lauf ca. 270 Höhenmeter

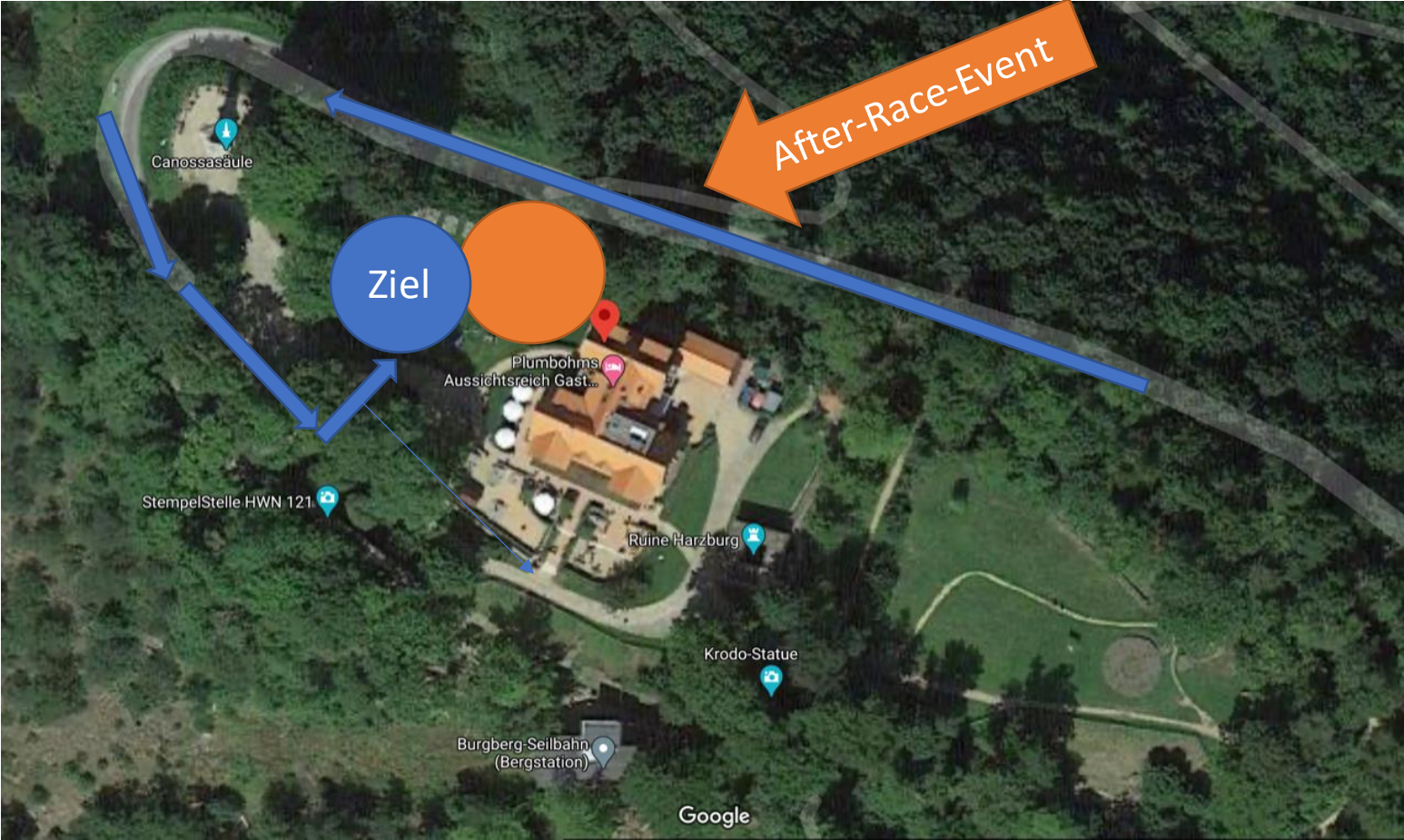




Der Startbereich im oberen Kurpark / Bad Harzburg



Der Zielbereich auf dem Burgberg



Das Ziel: Die CANOSSA Säule auf dem Burgberg.



After-Race-Party



Mit der Band

„OP3“

Der Internetauftritt zum CANOSSA Benefiz Berglauf®

www.canossa-berglauf.de



Die Anmeldung zum CANOSSA Benefiz Berglauf®



CANOSSA
Benefiz Berglauf®
11. September 2021

INFO

ANMELDUNG

TEILNEHMER

ERGEBNISSE

MEINUNGEN



Der CANOSSA Benefiz Berglauf® führt im Nordharz von Bad Harzburg durch den Nationalpark Harz zum angrenzenden Burgberg (ca. 350 Höhenmeter). Die Laufrouen mit 6 und mit 12 km führen auf den Burgberg und richten sich an alle Volks- und Hobbyläufer, sowie Leistungssportler, die eine kleine oder auch größere Herausforderung suchen. Es besteht die Möglichkeit Teams ab einer Teamgröße von 5 Personen zu melden. Wir freuen uns Sie als Einzelläufer oder als Firma/Verein in einem Team zu begrüßen. Walker und Wanderer sind ebenfalls für die 6 km Route willkommen und können diesen Benefizlauf unterstützen.

Jeder Teilnehmer erhält eine Urkunde in Form eines Ablassbriefes. Teilnehmer, die sich bis zum 14.08.2021 angemeldet haben, erhalten ein kostenloses CANOSSA Benefiz Berglauf® T-Shirt. Wasserflasche und Obst werden den Läufern einmalig zur Verfügung gestellt.

Wann: **Samstag, den 11. September 2021, Start ab 10 Uhr**

Start: Oberer Kurpark, vor Talstation Bergbahn, Bad Harzburg

Ziel: CANOSSA Säule, Burgberg, Bad Harzburg

Läufe:
- 6 km Laufen
- 6 km Walken/Wandern
- 12 km Laufen

Kategorien:
- schnellster Läufer, schnellste Läuferin, schnellste Altersklasse
- schnellstes Team (min. 5 Personen pro Lauf)

Online Anmeldung mit SEPA Lastschriftverfahren

Zusammenfassung:

- Benefizveranstaltung für die Region Goslar
- Eine Laufveranstaltung für Amateure und Leistungsläufer / Wanderer
- Einzel- oder TEAM Wertung / Für Vereine und Firmen
- Anmeldungen für den CANOSSA Benefiz Berglauf® bitte unter <http://www.canossa-berglauf.de/>
- **Wer will mitwirken? Wer möchte helfen?**
bitte melden Sie sich unter orga@canossa-berglauf.de