



Sportklinik
Seligenstadt

Das sportmedizinische
Leistungszentrum der



**Aktion
„Runter
vom Sofa!“**

27. September ab 12 Uhr

Asklepios Herz-Kreis-Lauf

im Maingau-Energie-Stadion | Rodgau-Jügesheim
Weitere Infos unter www.skgrodgau.de

Die S.K.G. Rodgau und die Asklepios Sportklinik Seligenstadt tun es schon wieder: Am Sonntag, den 27. September 2026 kehrt die gemeinsame Aktion „Runter vom Sofa“ zurück ins Maingau-Energie-Stadion nach Rodgau. **Jeder Verein, jede Schule, jeder Kindergarten kann beim Asklepios Herz-Kreis-Lauf mitmachen!** Es gibt für jeden Teilnehmer*in eine Geldprämie für's Team. Auch Eltern, Geschwister, Großeltern und Freunde können für das Team mitlaufen – auch du. Je größer die Gruppe, desto mehr Bar Bonus! Schneller und einfacher geht es nicht, eure Teamkasse zu füllen...

Wann und wo muss ich sein?

Sonntag, 27. September 2026, Laufstart ist flexibel zwischen 12.00 und 14.30 Uhr möglich im Maingau-Energie-Stadion, Korbeineweg, Rodgau-Jügesheim.

Ist die Laufstrecke für mich geeignet?

Je nach körperlicher Verfassung stehen zwei Lauf-Distanzen (5 km oder 2,5 km) zur Verfügung, die an der frischen Luft von der Tartanbahn im Maingau-Energie-Stadion in den Wald und zurück verlaufen. Es kommt dabei nicht auf die Geschwindigkeit an, sondern darauf, dass sich möglichst viele Menschen bewegen – von sehr jung bis sehr alt. Ob mit Kinderwagen, Rollator, Rollstuhl, bei kleinen Kindern auch mit dem Laufrad oder einfach im sportlichen Outfit. Für den kleinen und großen Hunger nach dem Lauf ist bestens gesorgt!

Wie melde ich mich an?

Zunächst euer Team bis zum 18.09.2026 bei Conny Böhm unter 061 06-64 51 30 oder info@skgridgau.de anmelden. Und dann kommt jeder Teilnehmer*in einfach im Zeitfenster vorbei, nennt bei der Anmeldung das Team und macht mit! Die Bar Bonus wird Anfang Dezember überwiesen.

Wir möchten als Familienverein, der dem Gesundheitssport sehr verbunden ist, für die gesamte Familie ein Event mit Bewegung für Jedermann anbieten und wünschen allen Teilnehmern viel Spaß!