



Handlungsempfehlen für Gruppenleiter*innen zum WasserMarsch

Entscheidung zur Teilnahme

Der Zeitpunkt für die Entscheidung am WasserMarsch ist sehr individuell. Wir empfehlen schon im März des Jahres die Entscheidung zu treffen. Mit dem Beginn des Jahres werden die Jahrespläne der Einrichtungen erstellt und auch die Jugendlichen sind motiviert, ihr Jahr zu gestalten. Mit der langen Vorbereitungszeit ist es möglich die Themen „Tschad, Wasserversorgung, Lebenssituationen von Kindern und Jugendlichen des globalen Südens, ...) über das Jahr mit einzubinden.

Fred Hocker (JuFo-Zentrum Lauchhammer) war bereits im Tschad an genau der Schule, die wir unterstützen. Er ist bereit in Jugendhäuser und Schulklassen zu kommen, um mit Fotos und Worten von dem erlebten zu berichten und zu diskutieren (fred.hocker@web.de, Alte Gartenstraße 24, 01979 Lauchhammer, 03574-122958, 0176-53505152).

Die wohl wichtigste Entscheidung ist die Dauer des Laufes. Wir freuen uns über jede Anmeldung für den 24-Stundenlauf. Das Projekt ist so vorbereitet, dass es jede Jugendgruppe schaffen kann, diesen Lauf zu bewältigen. Dabei geht es nicht darum, die gesamten 24 Stunden zu laufen und wach zu sein. Es wird ein Basislager zur Übernachtung angeboten, es gibt einen Shuttleservice, um die Gruppe am Ende zum Start zu bringen, es gibt eine Nachtbereitschaft, die sich um die Gruppen kümmert.

Die Gruppen, die in der Vergangenheit die 24 Stunden gelaufen sind, berichten von einer lohnenden Erfahrung. Dabei gilt bei allen, „Der Langsamste, gibt das Tempo an!“ Das kann auch der Betreuer sein. Viele laufen ca. 10 km am Stück und machen dann eine lange Pause. Die reine Laufzeit liegt daher auch so zwischen 7 bis 11 Stunden. Wir helfen gern bei der Gestaltung der Strecke und Ideen für die Pausengestaltung. Für die ganz Mutigen, die mit Schlafsack und Zelt unterwegs sein wollen kann der Schlupfwinkel entsprechendes Material kostenfrei verleihen (035753-17139, praeventionsprojekte@schlupfwinkel-weisswasser.de). Andere Gruppen hatten Eltern und Lehrer*innen gefunden, die Ihnen das Material zu einem abgesprochenen Punkt gebracht haben. Es ist schon eine Erfahrung, wenn einem der Biolehrer am Morgen die Frühstücksbrötchen ans Zelt bringt.

Die Gruppen für den 6-Stundenlauf sind dagegen über die gesamte Zeit auf den Beinen. Er ist für jüngere Gruppen gedacht, wo auch die Eltern gegen eine Übernachtung sind (eher Kindergruppen). Sie schaffen in der Regel 10 bis 20 km. Sie legen meist Pausen auf Spielplätzen und Eisdielen ein. Sie gestalten die Kilometer auch eher als Rundwanderweg, um am Ende direkt am Ziel anzukommen.

Mit der Entscheidung sollte es eine **Voranmeldung** bei Steffen Lachmann (Jugendamt OSL - Jugendamt OSL - 03573-870 4264, steffen-lachmann@osl-online.de) geben. Dabei sind die Informationen: TN-Anzahl, Kontakt zur Gruppenleitung, Gruppenname, E-Mail und Postadresse für Informationsmaterial, 24- oder 6-Stundenlauf wichtig. Die TN-Anzahl wird sich sicher noch ändern. Das wissen wir und fragen später nochmal nach, wie es dann am WasserMarsch wirklich verhalten wird.



Vorbereitung des Laufes

Die genaue Planung für den Lauf sollte ca. vier Wochen vorher erfolgen. Auch hier kann Steffen Lachmann (Jugendamt OSL – 03573-870 4264, steffen-lachmann@osl-online.de) Unterstützung bieten und die aktuellen Informationen und Tipps geben.

- Elternbriefe verschicken (mit offiziellem Flyer, Fotoerlaubnis, evtl. Transporterlaubnis, Kontakt zur Gruppenleitung, Zeitumfang, drei Vorlagen der Sponsorenzusage)

Offizieller Flyer. Der offizielle Flyer kann jederzeit in entsprechender Anzahl beim Jugendamt bestellt werden (auch digital).

Fotoerlaubnis. Während des Laufes sind die Kinder und Jugendlichen in der Öffentlichkeit unterwegs. Am Start und am Ziel könnte die regionale Presse anwesend sein. Auch auf unserem Instagram-Kanal wird berichtet (in der Story und mit Beiträgen www.instagram.com/wassermarsch.osl). Sicher werden Sie auch in ihren lokalen Medien berichten (Amtsblatt, Vereinshomepage, Youtube, Snapchat, Facebook, ...). Die Eltern sollten darüber im Vorfeld Bescheid wissen, um ggf. ihre Veröffentlichungswünsche mitteilen zu können.

evtl. Transporterlaubnis. Die Jugendlichen und Kinder reisen entweder mit ihren Eltern zum Start an oder werden mit den Transportern der Jugendeinrichtungen oder privaten Fahrzeugen transportiert. Wir haben auch ein Shuttletransport für kleinere Notfälle eingerichtet. Das sind Fahrzeuge des Landratsamtes, die (auch nachts) bestellt werden können, um evtl. Kinder und Jugendliche zu transportieren. Auch das sollten die Eltern wissen und ggf. erlauben.

Kontakt zur Gruppenleitung. Am Wochenende bieten wir allen Gruppenleiter*innen eine WhatsApp-Gruppe an. Dort können sich die Gruppen austauschen, motivieren, anfeuern, In der Gruppe können Fotos geteilt werden, der km-Stand mitgeteilt werden oder auch einfach sich gegenseitig motivieren. Auch das Notfallshuttle und die Kollegen von Start und Ziel sind mit in der Gruppe. Den Kontakt zu den Eltern sollte jedoch die Gruppenleitung haben. Ob hier eine eigene Gruppe erstellt wird, bleibt jedem selbst überlassen.

Zeitumfang. Eine Stunde vor dem Start wird die Anmeldung besetzt sein. Am Ziel ist auch noch etwas Zeit einzuplanen. Die 24-Stundenläufer*innen werden genau bis zum Schluss laufen. Je nachdem, welchen Weg sie eingeschlagen haben, kann es noch bis zu 30 Minuten dauern, bis sie mit dem Auto/Bus/Zug zurückgeholt werden. Erst dann beginnt die offizielle Abschlussveranstaltung. Diese wird allerdings recht kurzgehalten, da die TN bestimmt richtig müde und erschöpft sein werden. Daher wird die Abschlussveranstaltung max. eine Stunde dauern. Im Anschluss freut sich der Gastgeber darüber, wenn jede Gruppe kurz beim Zusammenräumen hilft.

Sponsorenzusage. Die Sponsorenzusagen können den Gruppen angepasst werden (gibt es als Word- und PDF-Datei). Der obere Teil ist dabei gedacht für die Zusage. Dort tragen Sie den Gruppennamen ein. Der Sponsor füllt den Rest aus. Die Entscheidung für die Summe pro Kilometer fällt den Sponsoren immer schwer. Hier sollte man mit ehrlichen Kilometern arbeiten. Der offizielle Flyer zeigt die Erfahrungen der letzten Jahre auf. Die meisten Sponsoren wollen lieber einen Festbetrag eintragen. Wir empfehlen den Sponsoren an der Stelle immer, dass sie den km-Preis auch niedriger ansetzen können und nach dem Lauf immer die Möglichkeit haben, die Summe aufzurunden. Den Jugendlichen ist ein km-Preis mehr Motivation, um noch ein wenig weiter zu laufen. Mit einem Festpreis kann man für 50 EUR auch 1km oder halt auch 40km laufen.



Der untere Teil der Sponsorenzusage wird am Tag des Laufes ausgefüllt (Laufbüro). Den kann man dann, nach Ende des Laufes an den Sponsor geben, damit er den entsprechenden Betrag (bzw. den aufgerundeten Betrag) überweisen kann.

Gruppengröße. Die Gruppe kann drei Personen betragen oder auch 20. Das kann jeder selbst entscheiden. Für die Gruppen, die 24 Stunden laufen empfehlen wir eher eine kleine Gruppe. So kommt man weiter und auch die Logistik ist einfacher (Rücktransport, Materialtransport, ...). Sollten sich viele Jugendliche anmelden, könnte man auch überlegen die Gruppe zu teilen. Das kann nochmal einen zusätzlichen Ansporn für die Gruppen sein. Für den Fall, dass es dann an einer Gruppenleitung fehlt, können wir sicher aushelfen. 2019 hatten wir ein Träger, der kurzfristig drei Gruppen hatte und wir konnten zwei Auszubildende zum Erzieher gewinnen, die die Gruppen mit übernommen haben. Manchmal gibt es auch Gruppen die plötzlich nur noch einen Teilnehmer haben. Hier können wir auch unterstützen, um Gruppen zusammen zu legen. In diesen Situationen einfach beim Jugendamt nachfragen. Es findet sich immer einen Weg, dass jede Person, die teilnehmen mag, auch teilnehmen kann.

Sponsorensuche

Für die Sponsorensuche sollen die Kinder und Jugendlichen verantwortlich sein. Gerade bei Großsponsoren macht es sicher Sinn, wenn Vereine oder Einrichtungen anfragen. Doch besser ist es, wenn die Jugendlichen sich auf dem Weg machen. Hierbei soll nicht die höchste Spende zählen, sondern der Mut, Sponsoren anzusprechen. Die Jugendlichen haben meist zwei Herangehensweisen:

1. Eltern und Familie
2. Geschäfte, in denen sie einkaufen

Es gibt allerdings auch andere Sponsoren, wie Ärzte, Apotheken, Verbände, Politische Vertreter*innen, ... Auch die Arbeitgeber*innen der Eltern oder Lehrer*innen können Sponsoren sein. Diese Tipps sollten wir den Jugendlichen mit auf dem Weg geben. Manchmal ist es auch ratsam, gemeinsam loszulaufen, um als Gruppe den Mut zu sammeln, um nach Sponsoring zu fragen.

Sobald die Jugendlichen für den Lauf zusagen, sollten auch Sponsoren angefragt werden. Sinnvoll ist die Anfrage ungefähr zwei bis vier Wochen vor dem Start. Bei persönlichen Kontakten funktioniert es sicher auch noch ein Tag vor dem Start. Bei Firmen könnte der Entscheidungsträger nicht gleich der Ansprechpartner sein. Dort macht es Sinn, sich mehr Vorlaufzeit zu nehmen.

Großsponsorenanfragen sollten mit dem Jugendamt besprochen werden. Gerade Einrichtungen, die im ganzen Landkreis zu finden sind, können sonst mehrfach angesprochen werden. Das Jugendamt versucht einen Überblick zu wahren.

Jede Gruppe sollte mindestens einen Sponsor finden. Sollte auch das nicht gelingen, können die Jugendlichen trotzdem teilnehmen. Es gibt auch Anfragen von Firmen beim Jugendamt die spenden wollen. Diese können dann zugeteilt werden. Diese Zuteilung findet aber erst kurz vor dem Lauf statt.



Anmeldung der Teilnahme

Ca. eine Woche vor dem Lauf sollte die Voranmeldung erneuert werden. Hier wird die TN-Anzahl entscheidend sein. Wir benötigen diese für die Pressemitteilung des Landkreises, die Vorbereitung des Startes und Zieles, für die Proviantbeutel und das Essen zur Abschlussveranstaltung.

- TN-Anzahl, Kontakt zur Gruppenleitung, Gruppenname, 24- oder 6-Stundenlauf, Nutzung des Basislagers, Abendbrot zum 24-Stundenlauf

Basislager. Das Basislager wird immer nach ca. 8 bis 10 km angeboten, so dass die Gruppen einen Ort haben, wo sie schlafen können (24-Stundenlauf). Dabei können die Gruppen auch mehr km laufen und Umwege nehmen oder auch sehr, sehr spät dort eintreffen. Im Basislager gibt es meist ein warmes Abendbrot (Nudeln mit Tomatensoße, vegetarisch). Sollten TN Lebensmittelallergien haben, muss das zur Anmeldung mit angegeben werden. Das Schlafmaterial kann vorher ins Basislager gebracht werden (muss nicht getragen werden) oder auch im Basislager gelassen werden (nach der Nacht). Die Bring- und Abholzeiten müssen individuell besprochen werden.

Es ist auch möglich, das Basislager nur zum Abendbrot anzulaufen und dann weiter in die Nacht zu laufen. Wichtig ist nur, dass die genutzten Dinge sauber hinterlassen werden (Abwasch, Geschirr, Räume).

Checkliste

Vorbereitung

- Gruppenname gefunden
- Gruppenteilnehmer*innen und Anzahl ist übermittelt ans Jugendamt OSL
- Entscheidung für 24-Stunden oder 6-Stundenlauf
- Elternbriefe sind verschickt
- Eltern stimmen der Aktion zu
- Fotoerlaubnis, Erlaubnis für den Transport mit PKW ...
- Meldung für das Abendbrot (Anzahl, Unverträglichkeiten) ist erledigt
- Meldung für die Übernachtung ist erledigt
- evtl. Absprache das Material ins Basislager zu bringen ist erledigt
- mindestens ein Sponsor ist gefunden
- Sponsoren zum Zieleinlauf einladen



Checkliste

am Lauftag WasserMarsch

- Wetterbericht angeschaut
- Sponsorenzusagen eingepackt
- Wetterangepasste Kleidung ist eingepackt (nachts wird es schon recht kalt)
- evtl. Schlafsack, Isomatte und Zelte (kann geliehen werden, mit Vorabsprache)
- Handy vollgeladen (evtl. Powerbank einpacken)
- evtl. Musikbox eingepackt (eine in der Gruppe reicht)
- Tipp: kritische Stellen am Fuß mit Sporttape vorher abkleben, um Blasen zu vermeiden
- evtl. in die WhatsApp-Gruppe mit eingetreten
- die App NAVIKI, für die km-Aufzeichnung runtergeladen
- Fotos / Videos machen

im Laufbüro / Rennleitung

- Abgabe Sponsorenzusagen
- TN-Liste ausfüllen (TN + Betreuer*innen)
- Nach der Notfallnummer fragen
- Verpflegungsbeutel TN (Inhalt variiert von Jahr zu Jahr)
 - etwas Obst, ein Müsliriegel, etwas Süßes, Traubenzucker, eine Wurst
 - eine Flasche Wasser (0,5 Liter); ein paar Aufkleber
- Gruppenleitungsbeutel
 - evtl. Einwegregenmantel, Traubenzucker, Stift, Sponsorenzusagen (Postkarte), Blasenpflaster, Wasser

Nach dem Lauf

- warme Suppe essen
- gelaufene Kilometer im Laufbüro angeben
- Sponsorenzusage im Laufbüro holen (mit Eintragung der km und der Endsumme)
- kleines Gruppenfoto
- großes Gruppenfoto
- Zeit für Aufräumen mit einplanen
- Glücklich nach Hause fahren <3



Sponsorenzusagen für unterwegs (Postkarte). Diese Postkarte wurde extra für den Tag des WasserMarsches gestaltet. Sollten die Gruppen auf interessierte Sponsoren treffen, müssen diese nur die Postkarte mit ihrer Adresse beschriften und die km-Preis eintragen. Diese Karte kann dann gleich am Abend in den Briefkasten geworfen werden, mit der ausgefüllten km-Anzahl. **WICHTIG:** Die Postkarte muss am Ende im Laufbüro abgegeben werden (zum Ausfüllen).

Verpflegungsbeutel TN. Jeder TN bekommt einen Beutel oder eine leichte Tasche, wo verschiedene Dinge für jeden TN verstaut sind. Jeder Beutel ist identisch gepackt. Sollte eine Person etwas nicht mögen, können die TN unterwegs Dinge tauschen.

Gruppenleitungsbeutel. In diesem Beutel sind Dinge für die Gruppe. Falls es ungebrauchte Dinge gibt, freuen wir uns am Ende um eine Rückgabe (optional), damit wir sie im Folgejahr nutzen können.

Abschlussveranstaltung. Die Abschlussveranstaltung startet gegen 15 Uhr. Jede Gruppe kann jederzeit zum Ziel kommen. Angedacht ist, dass sich die Gruppen ab 17 Uhr einfinden. Die Gruppen, die keinen Rundweg gelaufen sind, werden gegen 17:30 Uhr erwartet. Im Anschluss werden die Ergebnisse zusammengetragen und veröffentlicht. Es gibt meist eine warme kostenfreie Suppe für alle TN, sowie Obst. Die mOco-Bar (alkoholfreie Cocktailbar) bietet verschiedene Cocktails zum Erfrischen an. Weiterhin gibt es einen Pavillon mit Fotos aus dem Tschad und die Fotocollagen der letzten Jahre werden ausgestellt.

Sponsoren einladen. Auch Sponsoren und Eltern können für die Abschlussveranstaltung eingeladen werden. Sie haben die Möglichkeit ihr Team zu empfangen und weitere Informationen und Impressionen vom WasserMarsch einzusammeln. **TIPP:** Sollten Sponsoren teilnehmen wollen, muss es eine verantwortliche Person wissen, damit sich jemand um die Person kümmern kann. Evtl. ist das Team von ihm/ihr noch unterwegs und damit sich der/die Sponsor*in empfangen und wohl fühlt.

Tipps für Kurzentschlossene

Auch das geht! Einfach in die Planung einsteigen, wo es gerade passt. Einfach beim Jugendamt melden (Steffen Lachmann – 03573-870 4264, steffen-lachmann@osl-online.de), wir finden einen Weg.