

Jede Runde zählt!

Der Erlös des Sponsorenlaufs fliesst zu 100 Prozent an 143.ch Aargau/Solothurn. Mitmachen können Mitglieder von Rotary, Firmen, Familien, Freunde, Verwandte und Bekannte.

Wenn das Leben schwierig wird

Alltagsorgen, Einsamkeit, Krisen, häusliche Gewalt, Sucht oder andere Anliegen können einem zu schaffen machen. Der Job ist weg, die Beziehung zerbricht – und kein Mensch hört mehr zu...

143.ch ist an 365 Tagen, rund um die Uhr erreichbar – anonym, diskret, unabhängig und offen für alle.



Wie und wann?

So läuft

Interessierte Läuferinnen und Läufer suchen sich vor der Anmeldung möglichst viele Sponsoren, die sie mit einem Betrag pro Runde oder mit einer Pauschale unterstützen. Die Anmeldung erfolgt via QR-Code, Nachmeldungen am Lauftag sind möglich.

Am Lauftag wird nach dem Aufwärmen während max. einer Stunde auf der 400m-Bahn in der Sportanlage Aue in Baden gelaufen, gejoggt, spaziert oder gewalkt. Jede Läuferin und jeder Läufer zählt die absolvierten Runden selbst und meldet diese den Organisatoren vor Ort.

Programm

Samstag, 9. Mai 2026

ab 9.30 Uhr
Garderobe ist offen

ab 10.00 Uhr
Aufwärmen mit Denise Zumsteg,
Physioflex Wettingen

10.30 Uhr
Start Lauf

Eine Physiotherapeutin
steht zur Verfügung.

Öffnungszeiten Grotto

ab 9.30 Uhr
Kaffee und Gipfeli

ab 11.00 Uhr
Grilladen und Salate

**Jetzt
anmelden!**



rotarylauf.ch

**Anmeldefrist:
26. April 2026**

Nachmeldungen vor
Ort sind bis 30 Min.
vor dem Start möglich!

Rotary – gemeinsam anderen helfen

Die Rotary Clubs Baden, Baden-Rohrdorferberg, Wettingen, Wettingen-Heitersberg und Rotaract Baden unterstützen mit dem Sponsorenlauf 143.ch.

143.Ch – Die Dargebotene Hand erfüllt mit seinem niederschweligen Angebot eine wichtige Aufgabe. Trotz grosser ehrenamtlicher Tätigkeit ist die Organisation auf finanzielle Unterstützung angewiesen.

Wir freuen uns auf
deine Teilnahme!

