

38.



GRAND PRIX VON BERN 11. MAI 2019

Grand-Prix von Bern 16,093 km

Altstadt Grand-Prix 4,700 km

Altstadt Walking 4,700 km

Bären Grand-Prix 1,600 km

DIE SCHÖNSTEN
10 MEILEN DER WELT

LES 10 MILES LES
PLUS BEAUX DU MONDE

Anmeldeschluss

Délai d'inscription

20. April 2019

#gpbern

www.gpbern.ch

Hauptsponsoren

BERNEXPO⁺
GRUPE

CRAFT
FUNCTIONAL SPORTSWEAR

Groupe Mutuel
Assurances
Renditegarantien
Assicurazioni

MIGROS

Partner

**Engagement
Stadt Bern**

CRAFT 
FUNCTIONAL SPORTSWEAR

Make it possible

  @CraftSportswearSwiss

craftsportswear.ch

Drei Jahre Extra-Lebenszeit

Liebe Läuferinnen und Läufer

Wissenschaftliche Studien über das Laufen gibt es viele. Alle haben ein anderes Thema im Fokus. Vergleicht man die unterschiedlichen Faktoren mehrerer verschiedener Studien, so ergibt sich eine klare Aussage: Läuferinnen und Läufer leben länger. Eine relativ konsequente Schätzung ergibt rund drei Jahre Extra-Lebenszeit. Bemerkenswert ist dabei, dass auch Personen, welche erst spät mit Laufen beginnen, von diesem Vorteil profitieren können. In diesem Sinne wünsche ich Ihnen einen grossartigen Lauf, eine gute Gesundheit und ein langes Leben.

PS: Auf den Grand-Prix 2019 hin konnten wir einen neuen Hauptsponsor gewinnen. Die Sportbekleidungsfirma CRAFT wird uns in den nächsten Jahren begleiten. Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit.



Matthias Aebischer
OK-Präsident Grand-Prix von Bern
Président du CO Grand-Prix von Bern

Chères coureuses et chers coureurs

Il existe beaucoup d'études scientifiques sur la course à pied. Elles se concentrent toutes sur un sujet différent. Si l'on compare les différents facteurs de plusieurs études, il en résulte un énoncé clair: Les coureuses et les coureurs vivent plus longtemps. Une estimation relativement conséquente parle d'une durée de vie supplémentaire d'environ trois ans. Il est à noter que les personnes qui commencent courir sur le tard peuvent également bénéficier de cet avantage. Dans ce sens, je vous souhaite une excellente course, une bonne santé et une longue vie.

PS: Nous avons trouvé un nouveau sponsor principal en vue du Grand-Prix 2019. L'entreprise de vêtements de sport CRAFT va nous accompagner ces prochaines années. Nous nous réjouissons de cette collaboration.



Informationen & Kontakt

Grand-Prix von Bern
Geschäftsstelle, Thunstrasse 107, 3006 Bern
Telefon +41 (0)31 381 55 66
www.gpbern.ch, info@gpbern.ch

Der Grand-Prix von Bern ist Mitglied von

SWISS  SPORT
sport events – made in Switzerland







Auf die Plätze, fertig ... los:

DIE NÄCHSTE BEA VOM 26.4. – 5.5.2019

Jetzt Ticket kaufen und mit dem Gutscheincode **b19gpbern**
5.– Rabatt auf das Ticket erhalten: bea-messe.ch/ticket

Veranstalter

BERNEXPO
GRUPE

www.bea-messe.ch

Neu am GP 2019

Kategorie «run for me» – ohne Rangierung

Neu hast du die Möglichkeit, dich für «run for me» anzumelden. Bei dieser Kategorie wird deine Laufzeit gemessen, es erfolgt jedoch keine Rangierung. Das heisst, deine Resultate erfährst nur du persönlich. Sie erscheinen nicht auf der Ergebnisliste. Auch auf der Startliste wird dein Name nicht aufgeführt.

Eine Teilnahme ist beim Grand-Prix sowie beim Altstadt-GP (inkl. Walking) möglich. Das Startgeld bleibt gegenüber der entsprechenden Wertung unverändert (siehe Seiten 12 und 13).

Neue Kategorie M/W 80

Die Teilnehmerstruktur hat sich in den letzten Jahren verändert. Aus diesem Grund gibt es beim Grand-Prix sowie auch beim Altstadt-GP neu die Alterskategorie M/W 80.

Startblocks

Wir haben das System der Startblocks nach den Erfahrungen aus dem letzten Jahr nochmals überarbeitet. Es wird gegenüber dem Vorjahr wieder mehr Startblocks geben. Zudem werden wir die Startlinie weniger breit machen, so dass weniger Läufer/innen pro Sekunde auf die Strecke laufen. Wir sind überzeugt, die Staubildung dadurch auf den ersten Kilometern verhindern zu können.

Kostenlose Anreise

Wir empfehlen die An- und Rückreise mit den öffentlichen Verkehrsmitteln. Dank dem **Swiss Runners Ticket** ist die An- und Rückreise für alle Teilnehmenden kostenlos.

Alle Teilnehmenden profitieren von einer kostenlosen Fahrt mit dem öffentlichen Verkehr vom Wohnort zum Veranstaltungsort und zurück via GA-Bereichs-Strecken über den üblichen Weg 2. Klasse. Die Läufer/innen erhalten rund 10 Tage vor dem Lauf mit der Meldebestätigung zwei persönliche Promocodes. Damit können exklusiv auf sbb.ch/sbbticketshop je zwei kostenlose ÖV-Tickets für die Hin- und Rückfahrt in der 2. Klasse ausgedruckt werden.

Das Swiss Runners Ticket ist persönlich und auf der Rückfahrt nur in Kombination mit der Startnummer gültig.

Die Anreise kann zwischen dem 9.–11. Mai 2019 und die Rückreise zwischen dem 11.–13. Mai 2019 erfolgen.

Weitere Informationen findest du auf sbb.ch/gpbern

Reise entspannt, bequem und umweltfreundlich an den Grand-Prix von Bern.



Nouveau au GP 2019

Catégorie «run for me» – sans classement

Tu as nouvellement la possibilité de t'inscrire au «run for me». Dans cette catégorie ton temps est pris, mais il n'y a pas de classement. Cela signifie que tu es le/la seul/e à connaître tes résultats. Ils n'apparaissent pas sur la liste de résultats. Ton nom ne figure pas non plus sur la liste de départ.

Il est possible de participer au Grand-Prix et au Altstadt-GP (y.c. Walking). La finance d'inscription reste inchangée par rapport à la catégorie correspondante (voir pages 12 et 13).

Nouvelle catégorie M/W 80

La structure des participants/es a changé au cours des dernières années, raison pour laquelle il y aura dorénavant la nouvelle catégorie d'âge M/W 80 au Grand-Prix et au Altstadt-GP.

Blocs de départ

Nous avons une nouvelle fois remanié le système des blocs de départ au vu des expériences faites l'année dernière. Par rapport à l'année passée il y aura à nouveau plus de blocs de départ. Nous allons également rétrécir la ligne de départ pour que moins de coureurs/euses ne s'élancent sur le parcours dans la même seconde. Nous sommes persuadés que nous éviterons ainsi la formation d'engorgements sur les premiers kilomètres.

Déplacement gratuit

Nous vous recommandons de vous déplacer en transports publics. Grâce au **Swiss Runners Ticket** l'aller et le retour est gratuit pour tous les participants/es.

Tous les participants bénéficient d'un aller-retour gratuit en transports publics, de leur domicile à la manifestation, via les parcours du rayon de validité de l'AG selon l'itinéraire habituel, en 2° classe. Environ 10 jours avant la course, les coureurs/euses reçoivent avec la confirmation d'inscription deux codes promotionnels personnels. Ces codes promotionnels permettent d'imprimer 2 billets gratuits TP pour l'aller et le retour en 2° classe excl. sur sbb.ch/sbbticketshop.

Le billet Swiss Runners est personnel et n'est valable au retour qu'en combinaison avec le dossard.

Le voyage aller peut avoir lieu entre les 9 et 11 mai 2019; le voyage retour entre les 11 et 13 mai 2019.

Tu trouveras plus d'informations sur cff.ch/gpbern

Voyage sans stress, confortablement et écologiquement pour te rendre au Grand-Prix de Berne.





16:05

Du läufst locker-flockig
den Aargauerstalden runter.

17:25

Du mühst dich mit schweren Beinen
den Aargauerstalden hoch.

Genau jetzt

merkst du, dass ein bisschen
mehr Bewegung gut tun würde.



www.gpbern.ch

GRAND PRIX VON BERN

Groupe Mutuel

Partner von Läufern und Laufveranstaltungen

Gesundheit® Leben® Vermögen® Unternehmen®



Versichert. Genau jetzt.

Die Mitgliedsversicherer der Groupe Mutuel.

Der Klassiker

La classique

Distanz	16,093 km
Start	ab 16.00 Uhr
Kategorien	28 (siehe Seite 12)
Teams	Firmen-Trophy (siehe Seite 19)
Schulen	MSM/KSM (siehe Seite 17)

Distance	16,093 km
Départ	dès 16h00
Catégories	28 (voir page 12)
Équipes	Trophy d'entreprise (voir p. 19)
Écoles	CEC/CEM (voir p. 17)

Startblöcke

Die erwartete Laufzeit muss bei der Anmeldung angegeben werden. Darauf basierend wird der Startblock zugeteilt. Nach dem Meldeschluss sind keine Blockwechsel mehr möglich.

Blocs de départ

Le temps de course estimé doit être indiqué lors de l'inscription. Il sert de base à la répartition dans les blocs. Après le délai d'inscription, il ne sera plus possible de changer de bloc.

Zwischenzeiten

Bei Kilometer 5 und 10 werden Zwischenzeiten gemessen.

Temps intermédiaires

Des temps de passage seront pris au kilomètre 5 et 10.

Kontrollschluss / Maximale Laufzeit

Kontrollschluss Thunplatz (km 8,3): 17.50 Uhr
Maximale Laufzeit: 2 Stunden

Fermeture / Temps de course maximum

Fermeture Thunplatz (km 8,3): 17h50
Temps de course maximum: 2 heures

Verpflegung

Verpflegungsposten mit Isostar und Wasser bei km 4,0/7,2 (nur Wasser) / 9,6 / 12,1 / 14,6 (nur Wasser).
Im Ziel: Isostar, Wasser, Rivella

Ravitaillement

Postes de ravitaillement avec Isostar et eau au km 4,0/7,2 (seulement eau) / 9,6 / 12,1 / 14,6 (seulement eau). À l'arrivée: Isostar, eau, Rivella





Wir leben Bern

Der Altstadtlauf

Dans la vieille ville

Distanz	4,700 km
Start	ab 14.15 Uhr
Kategorien	16 (siehe Seite 13)
Schulen	MSM/KSM (siehe Seite 17)

Distance	4,700 km
Départ	dès 14h15
Catégories	16 (voir page 13)
Écoles	CEC/CEM (voir page 17)

Startblöcke

Die erwartete Laufzeit muss bei der Anmeldung angegeben werden. Darauf basierend wird der Startblock zugeteilt. Nach dem Meldeschluss sind keine Blockwechsel mehr möglich.

Blocs de départ

Le temps de course estimé doit être indiqué lors de l'inscription. Il sert de base à la répartition dans les blocs. Après le délai d'inscription, il ne sera plus possible de changer de bloc.

Zwischenzeit

Bei Kilometer 2,1 wird die Zwischenzeit gemessen.

Temps intermédiaire

Le temps de passage serait pris au kilomètre 2,1.

Maximale Laufzeit

1 Stunde

Temps de course maximum

1 heure

Verpflegung

Verpflegungsposten mit Isostar und Wasser bei km 3,2. Im Ziel: Isostar, Wasser, Rivella

Ravitaillement

Poste de ravitaillement avec Isostar et eau au km 3,2. À l'arrivée: Isostar, eau, Rivella

Altstadt Walking

Altstadt Walking

Distanz	4,700 km
Start	14.47 Uhr Walking 14.49 Uhr Nordic Walking
Kategorien	siehe Seite 13

Distance	4,700 km
Départ	14h47 Walking 14h49 Nordic Walking
Catégories	voir page 13

Startblockeinteilung

Bei der Anmeldung kannst du vermerken, ob du mit oder ohne Stöcke startest. Im ersten Block starten die Walker (ohne Stöcke), im zweiten Block die Nordic Walker (mit Stöcken).

Répartition dans les blocs

Lors de l'inscription, indique si tu marches avec ou sans bâtons. Les walker (sans bâtons) prennent le départ dans le premier bloc, les nordic walker (avec bâtons) dans le second.

Maximale Laufzeit

1 Stunde

Temps de course maximum

1 heure

Verpflegung

Verpflegungsposten mit Isostar und Wasser bei km 3,2. Im Ziel: Isostar, Wasser, Rivella

Ravitaillement

Poste de ravitaillement avec Isostar et eau au km 3,2. À l'arrivée: Isostar, eau, Rivella

Wir versprechen Natasha, dass bis Ende 2019 über 70 000 Kinder gratis bei einem Volkslauf mitmachen können.

GENERATION M

Gratis-Start für Kinder

generation-m.ch/
gratisstart

Achtung, fertig, los! Jetzt starten Kinder an Volksläufen in der ganzen Schweiz gratis. Denn mit dem Nachhaltigkeitsprogramm Generation M setzt sich die Migros für die Gesundheit der Bevölkerung ein und unterstützt daher eine der beliebtesten Sportarten der Schweiz: den Laufsport. Finde jetzt einen Lauf in Deiner Nähe und melde Dich gratis an: generation-m.ch/gratisstart

MIGROS
Ein M besser.



Der Kinderlauf

Distanz	1,600 km
Start	ab 12.30 Uhr
Kategorien	15 (siehe Seite 13)
Schulen	KSM (siehe Seite 17)



Muki/Vaki

Die 5- und 6-Jährigen können den Bären Grand-Prix zusammen mit einem Erwachsenen absolvieren. Um den Ehrgeiz in Grenzen zu halten, werden die Kinder in alphabetischer Reihenfolge in der Rangliste geführt und nicht nach Zeiten klassiert.

Verpflegung

Im Ziel: Wasser, Rivella

Gratisstart dank der Migros

Die Migros übernimmt beim Bären-GP für alle Kinder und Jugendlichen das Startgeld. Dies ist ein Engagement im Rahmen von «Generation M», dem Nachhaltigkeitsprogramm der Migros.

Anmeldung

Die Anmeldung zum Bären-GP muss zwingend über die Online-Anmeldung (www.gpbern.ch/anmeldung) erfolgen. Eine Anmeldung per Telefon oder per E-Mail ist nicht möglich. Der Meldeschluss vom 20.04.2019 gilt auch beim Bären-GP.

Special Olympics Unified

Distanz	1,600 km
Start	12.15 Uhr
Kategorien	offen für alle Altersklassen

Anmeldung

Die Anmeldung für diese Kategorie erfolgt unter www.gpbern.ch/anmeldung. Es können sich einerseits Athleten mit geistiger Beeinträchtigung, andererseits aber auch sogenannte Unified Partner anmelden. Ein Unified Partner läuft gemeinsam mit einem Athleten und unterstützt diesen dabei, seine bestmögliche Leistung zu zeigen.

Maximale Laufzeit

15 Minuten

La course des enfants

Distance	1,600 km
Départ	dès 12h30
Catégories	15 (voir page 13)
Écoles	CEM (voir page 17)



Mère-enfant/père-enfant

Les 5 et 6 ans peuvent effectuer le Bären Grand-Prix avec un adulte. Afin de freiner leur enthousiasme, les enfants sont mentionnés sur la liste de résultats par ordre alphabétique et non selon le temps.

Ravitaillement

À l'arrivée: eau, Rivella

Participation gratuite grâce à la Migros

La Migros prend en charge la finance d'inscription de tous les participants au Bären-GP. Il s'agit d'un engagement dans le cadre de «Generation M», le programme de durabilité de la Migros.

Inscription

L'inscription au Bären-GP doit impérativement se faire en ligne (www.gpbern.ch/inscription). Il n'est pas possible de s'inscrire par téléphone ou par E-mail. Le délai d'inscription du 20.04.2019 est également valable pour le Bären-GP.

Distance	1,600 km
Départ	12h15
Catégories	ouvert à toutes les classes d'âge

Inscription

L'inscription dans cette catégorie se fait sur www.gpbern.ch/anmeldung. Les athlètes avec un handicap mental d'une part mais d'autre part aussi les dits Unified Partner peuvent s'inscrire. Un Unified Partner court avec un athlète et lui apporte son soutien pour qu'il réalise la meilleure performance possible.

Temps de course maximum

15 minutes

Grand-Prix von Bern 10 Meilen/16,093 km — Start ab 16.00 Uhr

Jahrgang Année de naissance	Kategorie Catégorie	Startgeld/ Finance ohne Medaille/ sans médaille		d'inscription mit Medaille/ avec médaille	
		CHF	€	CHF	€
2004 + jünger/plus jeunes	U16 W/M	CHF 44.–	€ 38.–	CHF 48.–	€ 42.–
2002–2003	U18 W/M	CHF 44.–	€ 38.–	CHF 48.–	€ 42.–
2000–2001	U20 W/M	CHF 44.–	€ 38.–	CHF 48.–	€ 42.–
1990–1999	W20 / M20	CHF 52.–	€ 45.–	CHF 56.–	€ 49.–
1980–1989	W30 / M30	CHF 52.–	€ 45.–	CHF 56.–	€ 49.–
1975–1979	W40 / M40	CHF 52.–	€ 45.–	CHF 56.–	€ 49.–
1970–1974	W45 / M45	CHF 52.–	€ 45.–	CHF 56.–	€ 49.–
1965–1969	W50 / M50	CHF 52.–	€ 45.–	CHF 56.–	€ 49.–
1960–1964	W55 / M55	CHF 52.–	€ 45.–	CHF 56.–	€ 49.–
1955–1959	W60 / M60	CHF 52.–	€ 45.–	CHF 56.–	€ 49.–
1950–1954	W65 / M65	CHF 52.–	€ 45.–	CHF 56.–	€ 49.–
1945–1949	W70 / M70	CHF 52.–	€ 45.–	CHF 56.–	€ 49.–
1940–1944	W75 / M75	CHF 52.–	€ 45.–	CHF 56.–	€ 49.–
1939 + älter/plus âgés	W80 / M80	CHF 52.–	€ 45.–	CHF 56.–	€ 49.–

Altstadt Grand-Prix 4,700 km — Start ab 14.15 Uhr

Jahrgang Année de naissance	Kategorie Catégorie	Startgeld/ Finance ohne Medaille/ sans médaille		d'inscription mit Medaille/ avec médaille	
		CHF	€	CHF	€
2006 + jünger/plus jeunes	U14 W/M	CHF 35.–	€ 31.–	CHF 39.–	€ 34.–
2004–2005	U16 W/M	CHF 35.–	€ 31.–	CHF 39.–	€ 34.–
2002–2003	U18 W/M	CHF 35.–	€ 31.–	CHF 39.–	€ 34.–
2000–2001	U20 W/M	CHF 35.–	€ 31.–	CHF 39.–	€ 34.–
1980–1999	W20 / M20	CHF 43.–	€ 37.–	CHF 47.–	€ 41.–
1960–1979	W40 / M40	CHF 43.–	€ 37.–	CHF 47.–	€ 41.–
1940–1959	W60 / M60	CHF 43.–	€ 37.–	CHF 47.–	€ 41.–
1939 + älter/plus âgés	W80 / M80	CHF 43.–	€ 37.–	CHF 47.–	€ 41.–

Altstadt Walking 4,700 km — Start ab 14.45 Uhr

Walking, Nordic Walking auf der Altstadt Grand-Prix-Strecke

Jahrgang Année de naissance	Kategorie Catégorie	Startgeld/ Finance ohne Medaille/ sans médaille		d'inscription mit Medaille/ avec médaille	
		CHF	€	CHF	€
2000 + jünger/plus jeunes	*	CHF 34.–	€ 30.–	CHF 38.–	€ 33.–
1999 + älter/plus âgés		CHF 42.–	€ 36.–	CHF 46.–	€ 40.–

* Keine Kategorien, alphabetische Ergebnisliste.

Pas de liste de résultats par catégorie, mais par ordre alphabétique.

Bären Grand-Prix 1,600 km — Start ab 12.15 Uhr

Jahrgang Année de naissance	Kategorie Catégorie	Startgeld/ Finance ohne Medaille/ sans médaille		d'inscription mit Medaille/ avec médaille	
		CHF	€	CHF	€
2013/2014 Kind + 1 Erwachsener/Adulte	Muki/Vaki			gratis/gratuit	
2012	U8 W/M Makis			gratis/gratuit	
2011	U9 W/M Teddies			gratis/gratuit	
2010	U10 W/M Teddies			gratis/gratuit	
2009	U11 W/M Pandas			gratis/gratuit	
2008	U12 W/M Pandas			gratis/gratuit	
2006–2007	U14 W/M Koalas			gratis/gratuit	
2004–2005	U16 W/M Grizzlies			gratis/gratuit	
offen/ouvert	Special Olympics (s. S.11)			gratis/gratuit	

Bei den Grizzlies starten Knaben und Mädchen gemeinsam, werden jedoch getrennt klassiert.



Les garçons et les filles Grizzlies prennent le départ ensemble, mais sont classés séparément.



isostar

Meine Energie für den Grand-Prix Bern

V. Röthlin

Viktor Röthlin
Isostar Botschafter

isostar.ch



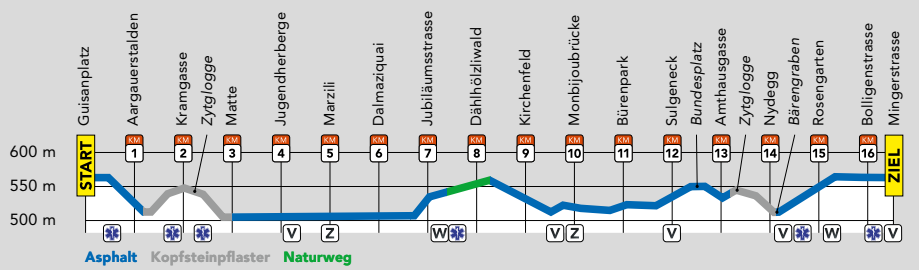
Neu mit Cranberry & Antioxidantien

Isostar Powertabs
Orange, Lemon, Cranberry

Praktisch zum Mitnehmen,
mit 40 % weniger Kalorien
als Hydrate & Perform und
reich an wichtigen Vitaminen
und Mineralstoffen

Laufstreckenprofil / profil du parcours

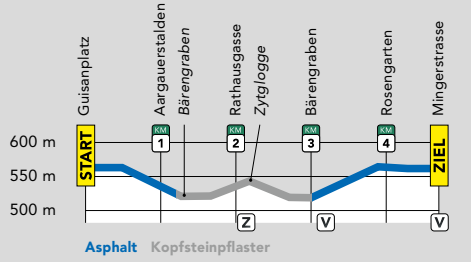
Grand-Prix von Bern 16,093 km, 10 Meilen



Die schönsten 10 Meilen der Welt!
Für gut trainierte Läuferinnen und Läufer.
Les 10 miles les plus beaux du monde!
Pour coureuses et coureurs bien entraînés.

Laufstreckenprofil / profil du parcours

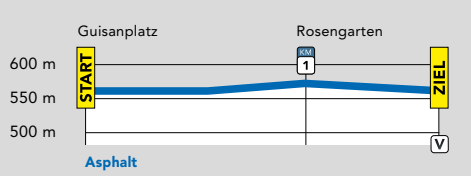
Altstadt Grand-Prix
Altstadt Walking 4,700 km



Die Strecke für Geniesser/innen, Einsteiger/innen,
Fortgeschrittene und Walker/innen.
Pour celles et ceux qui courent pour le plaisir,
pour débutant(e)s, spécialistes et walker.

Laufstreckenprofil / profil du parcours

Bären Grand-Prix 1,600 km



Hier laufen die Kinder, die Stars der Zukunft!
Pour les enfants, les «stars» de demain.



- G** Garderoben
Vestiaires
- V** Verpflegung
Ravitaillement
- W** Wasserstation
Postes d'eau
- Sanität**
Poste sanitaire
- Speaker**
Info
- Z** Zeitmessung
Chronométrage
- 20** Bus
- 9** Tram
- S1** S-Bahn
RER



GRAND PRIX VON BERN

Lightrider E1

Vermutlich das beste E-Mountainbike der Welt.



thoemus.ch

Jetzt Probe fahren



NEW MITSUBISHI OUTLANDER PHEV

5 Jahre Garantie | **8** Jahre Batterie-Garantie



Schulsportmeisterschaften Kanton Bern

KSM – Kantonale Schulsportmeisterschaften

Schulen aus dem Kanton Bern mit mindestens fünf Teilnehmenden können ihre Schülerinnen und Schüler durch ihre Lehrpersonen über die spezielle KSM-Anmeldung auf unserer Webseite anmelden. Neben der Wertung in der Grand-Prix-Einzelrangliste wird auch eine KSM-Einzelrangliste pro Jahrgang und pro Schulhaus erstellt und den Klassenverantwortlichen nach dem GP zur Verfügung gestellt.

MSM – Bernische Mittelschulmeisterschaften

Sportlehrpersonen von öffentlichen und privaten Gymnasien, Berufsfachschulen, Lehrwerkstätten sowie Wirtschafts- und Fachmittelschulen des Kantons Bern können ihre Schülerinnen und Schüler über die spezielle MSM-Anmeldung auf unserer Webseite anmelden. Neben der Wertung in der Grand-Prix-Einzelrangliste wird auch eine MSM-Einzelrangliste pro Jahrgang und Schulhaus erstellt und den Klassenverantwortlichen nach dem GP zur Verfügung gestellt.

Siegerpreise

Den drei Schnellsten auf der GP- sowie Altstadt-GP-Strecke der KSM und der MSM wird nach der Veranstaltung ein Preis per Post zugestellt.

Anmeldung für KSM und MSM

Die Anmeldung für die KSM und MSM ist nur durch die Lehrpersonen über die GP-Webseite möglich. Die teilnehmenden Schülerinnen und Schüler bezahlen den reduzierten Organisationsbeitrag direkt an die verantwortliche Lehrperson. Diese erhält nach dem Grand-Prix von Bern eine Abrechnung mit Einzahlungsschein.

Anmeldung: www.gpbern.ch/msm
www.gpbern.ch/ksm

Startgelder für Schulen

Finance d'inscription pour écoles

	Bären-GP	Altstadt-GP	GP	
KSM / CEC	gratis/ gratuit*	19.50 statt 39.–	24.– statt 48.–	www.gpbern.ch/ksm www.gpbern.ch/cec
MSM / CEM	–	19.50 statt 39.–	24.– statt 48.–	www.gpbern.ch/msm www.gpbern.ch/cem

* gesponsert von der Migros, Details Seite 11 / * Sponsorisé par la Migros, détails page 11

Die Startgeldreduktion wird ermöglicht durch ein grosszügiges finanzielles Engagement des Grand-Prix von Bern und der Erziehungsdirektion des Kantons Bern.

Championnats des écoles

CEC – Championnats des écoles du canton de Berne

Les enseignants des écoles du canton de Berne peuvent inscrire leurs élèves au moyen de l'inscription spéciale CEC sur notre site web. Il faut au moins cinq participants. En plus du classement individuel sur la liste des résultats du Grand-Prix, un classement CEC sera également établi par année de naissance et par collège. Il sera à disposition des responsables de classe après le GP.

CEM – Championnats des écoles moyennes du canton de Berne

Les enseignants des gymnases publics et privés, des écoles professionnelles, des ateliers d'apprentissage ainsi que des écoles de commerce et de culture générale du canton de Berne peuvent inscrire leurs élèves au moyen de l'inscription spéciale CEM sur notre site web. En plus du classement individuel sur la liste des résultats du Grand-Prix, un classement CEM sera également établi par année de naissance et par collège. Il sera à disposition des responsables de classe après le GP.

Prix des vainqueurs

Les trois plus rapides sur le parcours GP et Altstadt-GP des CEC et CEM recevront un prix par la poste après l'événement.

Inscription au CEC et CEM

L'inscription au CEC et CEM se fait obligatoirement par les enseignants sur le site du GP. Les élèves participants paient une finance d'inscription réduite directement à l'enseignant responsable. Après le Grand Prix de Berne, ceux-ci recevront un décompte avec un bulletin de versement.

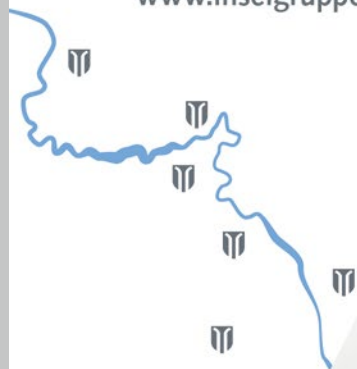
Inscription: www.gpbern.ch/cem
www.gpbern.ch/cec



Was immer passiert, wir sind in Ihrer Nähe!

Spital Aarberg
Spital Tiefenau
Inselspital
Spital und Altersheim Belp
Spital Münsingen
Spital Riggisberg

6 Standorte in Ihrer Region.
www.inselgruppe.ch



Firmen am Start

Firmen profitieren beim Grand-Prix von Bern von individuell zusammenstellbaren Angeboten. Von der firmeneigenen Anmeldeplattform über Gesamtpakete mit Vorbereitungstrainings bis hin zum eigenen Zelt auf dem Start-/Zielgelände.

Anmeldung

Variante 1: Gutschein-Codes

Wir generieren für dich einen oder mehrere individualisierte Gutschein-Codes, die du an deine Mitarbeitenden verteilen oder per E-Mail verschicken kannst. Die Mitarbeitenden können sich anschließend mit diesem Gutschein-Code online für den GP anmelden. Nach dem Meldeschluss stellen wir der Firma eine Rechnung über den Gesamtbetrag der Startgelder.

Variante 2:

Online-Anmeldung mit Bearbeitungsmöglichkeit
Du erhältst Zugang zur Online-Meldeplattform für Gruppen. Dort kannst du die Meldedaten der Mitarbeitenden erfassen und bis zum Meldeschluss am 20. April 2019 editieren. Nach dem Meldeschluss wird der Startgeldbetrag aller gemeldeten Mitarbeitenden der angegebenen Kreditkarte belastet oder wir stellen dir eine Rechnung zu.

Firmentrophy (Wertung für Firmen)

Laufen mindestens 10 Mitarbeitende deiner Firma die 10 Meilen Strecke (16,093 km), dann habt ihr die Möglichkeit, an der Firmentrophy teilzunehmen. So könnt ihr eure Ergebnisse in der Schlusswertung mit anderen Firmen vergleichen.

Bei Nutzung der Online-Anmeldung kannst du direkt angeben, ob dein Team bei der Firmentrophy dabei ist.

Bei Individualanmeldung sendest du eine Liste mit den Namen und Jahrgängen der entsprechenden, bereits individuell angemeldeten Mitarbeitenden an info@gpbern.ch.

Kosten pro Team: CHF 30.–

Firmenzelt

Es besteht die Möglichkeit, direkt im Start-/Zielgelände (Bernexpo) ein Zelt für das Firmenteam zu mieten. Nutze diesen Ort als Team-Treffpunkt, zur Abgabe der Startnummern, für das Verteilen von Firmenshirts, als Verpflegungsstelle für das Team, für das Feiern nach dem Lauf, etc.

Kosten pro Zelt inkl. Bereitstellung: ab CHF 450.–

Detailed information and booking possibilities find you under www.gpbern.ch/firmen

Entreprises au départ

Au Grand-Prix von Bern, les entreprises bénéficient d'offres combinables individuellement. De la plateforme d'inscription propre à l'entreprise à la propre tente dans l'aire de départ et d'arrivée en passant par des packs complets comprenant entraînements de préparation.

Inscription

Variante 1: code promo

Nous générons pour toi un ou plusieurs codes promo que tu peux distribuer ou envoyer par mail à tes collaborateurs/trices. Les collaborateurs/trices peuvent ensuite s'inscrire en ligne au GP avec ce code promo. Nous facturons le montant total des finances d'inscription à l'entreprise après le délai d'inscription.

Variante 2:

Inscriptions en ligne avec possibilité de les traiter
Tu reçois un accès à la plateforme en ligne d'inscription pour les groupes. Tu peux y enregistrer les données d'inscription et les éditer jusqu'au délai d'inscription du 20 avril 2019. Après le délai d'inscription le montant des finances d'inscription de tous les collaborateurs/trices inscrits sera débité de la carte de crédit annoncée ou nous établissons une facture.

Trophée des entreprises

(classement des entreprises)

Si au moins 10 collaborateurs/trices de ton entreprise courent la distance des 10 miles (16,093 km), alors vous avez la possibilité de participer au trophée des entreprises. Vous pouvez ainsi comparer vos résultats avec ceux des autres entreprises dans le classement final.

Avec l'inscription en ligne, tu peux directement indiquer si ton team participe au trophée des entreprises.

Si tu t'inscris individuellement tu envoies une liste des noms et années de naissance des collaborateurs/trices correspondants déjà inscrits individuellement à info@gpbern.ch.

Frais par team: CHF 30.–

Tente pour entreprise

Pour le team d'entreprise, il y a la possibilité de louer une tente placée directement dans l'aire de départ/d'arrivée (Bernexpo). Utilise cet endroit comme point de rencontre, pour remettre les dossards, pour distribuer des T-shirts de l'entreprise, comme lieu de ravitaillement, pour faire la fête après la course, etc.

Prix d'une tente y compris installation: dès CHF 450.–

Informations détaillées et réservations possibles sur www.gpbern.ch/firmen

ALEC

Wir berichten über neue Dynamik hier und dort.

BZ **BERNER ZEITUNG**
Immer die Region zuerst.



GARMIN

#BeatYesterday



FORERUNNER® 645 MUSIC
DEIN ANSPRUCH. DEIN LAUF. DEINE GARMIN.

GARMIN.CH



rivella

Startershirt

Shirt de participation



Allen Teilnehmenden schenken wir dieses hochwertige Kurzarm-T-Shirt von Craft. Es ist das erste einer vierteiligen Serie.

Nous offrons ce T-Shirt à courtes manches de qualité de Craft à tous les participants/es. C'est le premier d'une série de quatre.

Dies gilt für alle Läuferinnen und Läufer vom GP und Altstadt-GP sowie für Kinder, die beim Bären-GP mitlaufen. Auch Teilnehmende der KSM/MSM erhalten dieses Startershirt.

Ceci est valable pour toutes les coureuses et tous les coureurs du GP et Altstadt-GP ainsi que pour les enfants qui participent au Bären-GP. Les participants CEC/CEM reçoivent ce Startershirt.

Medaille



Die Finisher erhalten im Ziel, falls bei der Anmeldung bestellt, eine Medaille. Alle Kinder, welche am Bären GP teilnehmen, erhalten die Medaille kostenlos (ohne zusätzliche Bestellung).

Médaille

À l'arrivée, les coureurs reçoivent une médaille, si commandée à l'inscription. Toutes les enfants participant au Bären-GP reçoivent la médaille gratuite (sans commande supplémentaire).

GP-Boutique



Bestellung und weitere Artikel:
Commande et d'autres articles: www.gpbern.ch/shop

Vielen Dank für die grosse Unterstützung

Merci beaucoup pour votre grand soutien

Hauptsponsoren



Partner



Co-Sponsoren



Medical-Partner



Medienpartner



Service-Partner



Unterstützt durch



Geführte Trainings auf der Originalstrecke

Entraînements organisé sur le parcours original

Lerne die GP-Strecke kennen. Unter fachkundiger Leitung des STB Running-Leiterteams und der GP-Pacemaker läufst du in abgestuften Stärkeklassen die Original-GP-Strecken (GP und Altstadt-GP, inkl. Nordic Walking).

Sonntag, 17. März 2019
Sonntag, 7. April 2019

Am Sonntag, 17. März 2019 wird für Kinder auch ein Training über die Bären-GP-Strecke angeboten. Laufen Eltern von teilnehmenden Kindern beim GP-Training mit, werden die Kinder bis zu deren Rückkehr betreut.

Besammlungen: Leichtathletik-Stadion Wankdorf
Öffnung Garderoben: 8.30 Uhr
Start Trainingsläufe: ab 9.00 Uhr

Das Training ist kostenlos, eine Anmeldung ist nicht notwendig.

Detailinformationen: www.gpbern.ch/training

Découvre le parcours du GP. Tu effectues les parcours originaux (GP et Altstadt GP, y.c. Nordic Walking) dans des groupes homogènes sous la direction compétente de moniteurs de l'équipe Running du STB et des meneurs d'allure.

Dimanche 17 mars 2019
Dimanche 7 avril 2019

Le dimanche 17 mars 2019 un entraînement sera également proposé aux enfants sur le parcours Bären-GP. Les enfants des parents participants à l'entraînement du GP seront pris en charge jusqu'à leur retour.

Rassemblement: Stade d'athlétisme Wankdorf
Ouverture des vestiaires: 8h30
Début des entraînements: dès 9h00

L'entraînement est gratuit, il n'est pas nécessaire de s'inscrire.

Informations détaillées: www.gpbern.ch/training

Lauftraining & NordicWalking im STB Leichtathletik

Entraînement de course à pied & NordicWalking à STB Leichtathletik



STB Running / NordicWalking

Ein optimales Angebot für alle Bedürfnisse:
 10 unterschiedliche Laufgruppen und
 4 NordicWalking Gruppen für
 – Einsteiger/innen und Gesundheitsbewusste
 – Ambitionierte und Wettkampforientierte

Trainingszeiten/Trainingsort

DI und DO, 18.15 Uhr Sportanlage Schönau

Trainings

Sommer: Technik & Koordination, Bahntraining, Dauerläufe, Intervalltraining etc.;
Winter: DI: Training outdoor, DO: Training outdoor und Athletic-Circuit indoor

STB-Running Kursangebot

«Laufen und NordicWalking in 12 Wochen – Einstieg leicht gemacht»

Wir begleiten Laufeinsteiger/innen und NordicWalking Beginner auf den ersten Schritten und führen sie in die Geheimnisse des genussvollen Bewegens ein. Minimales Kursziel ist 30 Minuten lockeres Laufen «am Stück» bzw. das Erlernen der korrekten NordicWalking-Technik.

Kursort: Sportanlage Schönau

Kurstage: jeweils Montag, 18.30 Uhr

vom 14.1.2019 – 1.4.2019

Kurskosten: CHF 250.–

Online-Anmeldung: www.stb-la.ch/running/kurse

Kontakt: Geschäftsstelle STB Leichtathletik,
info@stb-la.ch, 031 382 51 52

STB Running / NordicWalking

Une offre optimale pour tous les besoins.
 10 différents groupes de course
 4 groupes de NordicWalking pour
 – Débutants/es et personnes attentives à leur santé
 – Coureurs/euses ambitieux et orientés compétition

Heures / Lieu d'entraînement

MA et JE, 18h15 Sportanlage Schönau

Entraînements

Été: Technique & coordination, entraînement sur piste, courses d'endurance, intervalles etc.;
Hiver: MA: entraînement outdoor, JE: entraînement outdoor et Athletic-Circuit indoor

Offre de cours STB-Running

«Course à pied et NordicWalking en 12 semaines – Conseils et astuces pour les débutants»

Nous accompagnons les débutants/es en course à pied et NordicWalking dans les premières étapes et leur révélons les secrets du plaisir que procurent le mouvement. L'objectif minimal du cours consiste à courir en toute décontraction 30 minutes sans s'arrêter resp. à apprendre la technique correcte du NordicWalking.

Lieu du cours: Installation sportive Schönau

Jours de cours: tous les lundis, 18.30 heures du
 14.1.2019 – 1.4.2019.

Prix du cours: CHF 250.–

Inscription en ligne: www.stb-la.ch/running/kurse

Contact: Secrétariat STB Leichtathletik,
info@stb-la.ch, 031 382 51 52



GRATIS
Anreise mit dem ÖV aus der ganzen Schweiz!

SWISSRUNNING

by Swiss Runners & Swiss Athletics

Die schönsten RUNNING-EVENTS der Schweiz

<p>12.01.2019 Swiss Snow Walk & Run Arosa </p> <p>23.02.2019 Bremgarter Reuss-Lauf </p> <p>16.03.2019 Kerzerslauf </p> <p>28.04.2019 Zürich Marathon </p> <p>04./05.05.2019 20 KM de Lausanne </p> <p>04.05.2019 Luzerner Stadtlauf </p> <p>11./12.05.2019 Harmony Genève Marathon </p> <p>11.05.2019 Grand-Prix von Bern </p> <p>25./26.05.2019 Stralugano </p> <p>30.05.2019 Auffahrtslauf St. Gallen </p> <p>06. – 08.06.2019 Bieler Lauftage </p>	<p>16.06.2019 Schweizer Frauenlauf Bern </p> <p>23.06.2019 Aletsch-Halbmarathon </p> <p>20. – 28.07.2019 Swissalpine Davos </p> <p>06./07.09.2019 Jungfrau-Marathon </p> <p>21.09.2019 Greifenseelauf Uster </p> <p>06.10.2019 Course Morat-Fribourg </p> <p>12.10.2019 Hallwilerseelauf </p> <p>27.10.2019 SwissCityMarathon – Lucerne </p> <p>06./07.12.2019 Course de l'Escalade </p> <p>15.12.2019 Zürcher Silvesterlauf </p>
---	---

swiss-running.ch

STÄRKER ALS DEIN SCHMERZ



Dies ist ein zugelassenes Arzneimittel. Lesen Sie die Packungsbeilage. VERFORA AG



Friedli+Caprani AG

- **Werkleitungsbau**
- **Kanalisationen**
- **Pflasterungen**
- **Belagsarbeiten**

Friedli + Caprani AG
Wangenstrasse 142, 3018 Bern
Tel. 058 226 78 78, www.fricap.ch
Filialen in Biel und Wünnewil

runningCOACH.me



**Bewährter Trainingspartner
des Grand-Prix von Bern**

Die mittlerweile bekannteste Trainingsplattform der Schweiz, die auf den Erfahrungen von Viktor Röthlin, Markus Ryffel und Christian Belz beruht, ist der offizielle Partner des Grand-Prix von Bern in Trainingsfragen. Als Teilnehmer/in profitierst du von vielen Vorteilen:

- Dynamischer Online-Trainingsplan zu Sonderkonditionen (CHF 40.-) bei der Anmeldung zum GP Bern
- Läufercke auf www.gpbern.ch/trainingstipps mit Trainingstipps, Analysen und Berechnungstool
- Beratung vor Ort bei den GP-Trainings und an der GP Sport Expo im Start-/Zielgelände

www.runningcoach.me

**Partenaire d'entraînement expérimenté
du Grand-Prix de Berne**

La plateforme aujourd'hui la plus connue en Suisse, basée sur les expériences de, Viktor Röthlin, Markus Ryffel et Christian Belz, est le partenaire officiel du Grand-Prix de Berne pour les questions d'entraînement. En tant que participant/e tu bénéficies de nombreux avantages:

- Plan d'entraînement dynamique en ligne à conditions spéciales
- Coin des coureurs sur www.gpbern.ch/trainings-tipps avec conseils d'entraînement, analyses et outil de calcul
- Conseil sur place aux entraînements GP et à la GP Sport Expo dans l'aire de départ/d'arrivée

www.runningcoach.me

GP-Vorbereitungskurs TST Cours préparatoire TST



Perfekt vorbereitet und mit Freude an den Start. Das Fitnesscenter TST und das STB Running-Leiterteam unterstützen dich in den letzten Wochen vor dem GP bei der Vorbereitung. Wir bieten den Teilnehmern ein interessantes Training, eine Videoanalyse der eigenen Lauftechnik und Einzelberatung mit dem Physiotherapeut.

Kursstart: Montag, 11. März 2019
Kursdauer: 11. März – 13. Mai 2019
Kurszeit: 18.00 – 19.30 Uhr
Kurskosten: CHF 280.-

Anmeldung/Information

STB Trainingszentrum AG
Seilerstrasse 21
3011 Bern
031 381 02 03 / tst-fitness@bluewin.ch
www.tst-fitness.ch

Parfaitement préparé/e et au départ avec le sourire. Le centre de fitness TST et le team de moniteurs Running STB t'aident à préparer les dernières semaines précédant le GP. Nous offrons à tous les participants/es un entraînement intéressant, une analyse vidéo de leur propre technique de course et des conseils personnalisés du physiothérapeute.

Début du cours: Lundi, 11 mars 2019
Durée du cours: 11 mars – 13 mai 2019
Horaire du cours: 18h00 – 19h30
Prix du cours: CHF 280.-

Inscription/Information

STB Trainingszentrum AG
Seilerstrasse 21
3011 Bern
031 381 02 03 / tst-fitness@bluewin.ch
www.tst-fitness.ch

Markus Ryffel's Workshops



Ob Einsteiger/in, Fortgeschrittene/r oder Profi – Markus Ryffel und sein Team unterstützen dich dabei, dein persönliches Optimum zu erreichen. In unseren Laufworkshops und Aktivferien vermitteln wir dir in Theorie und Praxis die wichtigsten Grundlagen zu Lauftechnik, Ausrüstung, Trainingsplanung und Trainingssteuerung und bringen dich zufrieden und topfit an dein Ziel.

www.markusryffels.ch

Débutants, avancés ou professionnels – Markus Ryffel et son équipe te soutiennent pour que tu atteignes ton optimum personnel. Au cours de nos workshops de course et vacances actives nous te transmettons en théorie et en pratique les bases les plus importantes de la technique de course, de l'équipement, de la planification d'entraînement et du programme d'entraînement et nous t'aidons à atteindre ton but satisfait/e et en forme.

www.markusryffels.ch

SCHWEIZER FRAUENLAUF BERN 16. Juni 2019



Melde dich jetzt für den 16. Juni 2019 an! www.frauenlauf.ch

kpt: **MIGROS** GENERALI

SCHWEIZER
FRAUENLAUF
BERN mrs
markus ryffel's



KOSTENLOSE FUSSANALYSE

In drei Schritten zum perfekten Laufschuh.

Profitieren Sie von unserer kompetenten Beratung und der praktischen Fussanalyse und finden Sie den perfekten Laufschuh für Ihre Bedürfnisse.

1.

Zuerst besprechen wir Anforderungen und Erwartungen an den neuen Laufschuh sowie dessen Einsatzgebiet.

2.

Nun analysieren wir Ihre Fussform und Ihren Bewegungsablauf mit Hilfe von Kameras.

3.

Zum Schluss führen wir Lauftests mit unterschiedlichen Modellen durch.

Reservieren Sie Ihren kostenlosen Beratungstermin online unter sportxx.ch/fussanalyse



▶ Weitere Informationen unter sportxx.ch/fussanalyse

GP-Laufkurs mit Anita Weyermann Atelier de course GP avec Anita Weyermann

Gut vorbereitet an den Grand-Prix von Bern
Anita Weyermann bietet einen 5-teiligen Laufkurs inklusive Theorie und Trainingsplan an.

Inhalt: Verschiedene Ausdauerformen, Trainingsaufbau, Planung und Gestaltung des Trainings, Ernährung, Kraftgymnastik, Laufschule

Kurszeit: Dienstag, 18.30 Uhr

Daten: 2., 9., 23. und 30. April sowie 7. Mai 2019

Kursort: Neufeld/Bremgartenwald

Kosten: CHF 150.– inkl. Kursunterlagen

Anmeldung: per E-Mail an contact@anitaweyermann.ch

Mehr Infos zum Kurs findest du unter www.anitaweyermann.ch

Bien préparé au Grand-Prix de Berne
Anita Weyermann propose un atelier de course en 5 parties comprenant théorie et plan d'entraînement.

Contenu: différentes formes d'endurance, structure, planification et organisation de l'entraînement, nutrition, renforcement, école de course

Horaire du cours: Mardi à 18h30

Dates: 2, 9, 23 et 30 avril ainsi que 7 mai 2019

Lieu: Neufeld/Bremgartenwald

Coût: CHF 150.– y.c. documentation

Inscription: par e-mail à contact@anitaweyermann.ch

Tu trouves plus d'infos sur l'atelier sur www.anitaweyermann.ch

«Freude herrscht»

«Freude herrscht» begeistert Kinder und Jugendliche für Sport und Bewegung. Die Stiftung wurde in Andenken an Mathias A. Ogi gegründet und unterstützt Projekte und Organisationen des Kinder- und Jugendsports. Mit dem Ziel, Mathias' Tugenden Lebensfreude, Leistungsfähigkeit, Durchhaltewille, Hilfsbereitschaft und Kameradschaft weiter zu vermitteln.

Erfahre mehr auf www.freude-herrscht.ch und unterstütze «Freude herrscht» bei der Online-Anmeldung. Im Voraus herzlichen Dank!



«Freude herrscht»

«Freude herrscht» encourage les enfants et les adolescents à faire du sport et à bouger. La fondation a été fondée en souvenir de Mathias A. Ogi et soutient des projets et des organisations du sport des enfants et des adolescents. Son but est de transmettre les vertus de Mathias, joie de vivre, efficacité, persévérance, serviabilité et camaraderie.

Pour plus d'informations, rends-toi sur www.freude-herrscht.ch et soutiens-nous lors de ton inscription au Grand-Prix. D'avance merci beaucoup!



Anmeldeinformationen

Anmeldung

Die Online-Anmeldung findest du unter www.gpbern.ch/anmeldung.

Bisherige Teilnehmende erhalten einen persönlichen Meldelink für die Online-Anmeldung inkl. PDF der Ausschreibung per E-Mail zugestellt.

Gratisstart Bären-GP

Die Anmeldung zum Bären-GP muss zwingend über die Online-Anmeldung (www.gpbern.ch/anmeldung) erfolgen. Eine Anmeldung per Telefon oder per E-Mail ist nicht möglich. Der Meldeschluss vom 20. April 2019 gilt auch beim Bären-GP.

Anmeldung Familie/Kleingruppe

Wenn du mehrere Personen gleichzeitig anmelden möchtest, kannst du bei der Online-Anmeldung die Sammelanmeldung nutzen und nach der Eingabe aller Daten den Gesamtbetrag mit Kreditkarte oder PostFinance Card bezahlen.

Anmeldung Firmen/Grossgruppen

Du kannst per E-Mail (info@gpbern.ch) den Zugang zur Online-Meldeplattform für Grossgruppen anfordern. Dort hast du die Möglichkeit, die Melde-daten der Mitarbeitenden resp. der Teilnehmenden zu erfassen und bis zum Meldeschluss zu editieren. Nach dem Meldeschluss wird der Startgeldbetrag aller gemeldeten Teilnehmenden der angegebenen Kreditkarte belastet oder wir stellen dir eine Rechnung zu.

Gruppenschalter

Gruppen (z.B. Firmen, Vereine, Schulen) mit mehr als 15 Teilnehmenden können ihre Startnummern auf Wunsch am Gruppenschalter abholen. Dies muss bei der Anmeldung entsprechend vermerkt werden.

Startinformationen per E-Mail

Die Informationen für deinen Start erhältst du rund eine Woche vor dem GP per E-Mail zugestellt. Falls du bei uns noch keine E-Mail Adresse hinterlegt hast, bitten wir dich, uns diese mitzuteilen.

Meldeschluss: Samstag, 20. April 2019

Es sind keine Nachmeldungen möglich. Zahlungseingänge nach dem 20. April 2019 können nicht mehr bearbeitet werden und verfallen zugunsten des Veranstalters. Bei Nichtteilnahme besteht kein Anspruch auf Rückerstattung des Startgeldes.

Zeitmessung

Die Zeitmessung erfolgt durch die mika:timing GmbH mit einem in der Startnummer integrierten Einwegchip.

Informations d'inscription

Inscription

Tu trouves l'inscription en ligne sur www.gpbern.ch/anmeldung.

Les anciens/anciennes participants/es reçoivent par mail un lien d'inscription personnel pour s'inscrire en ligne y.c. un PDF de la publication.

Participation gratuite au Bären-GP

L'inscription au Bären-GP doit impérativement se faire en ligne (www.gpbern.ch/inscription). Il n'est pas possible de s'inscrire par téléphone ou par E-mail. Le délai d'inscription du 20 avril 2019 est également valable pour le Bären-GP.

Inscription familles/petits groupes

Si tu souhaites inscrire plusieurs personnes en même temps, tu peux utiliser l'inscription groupée lors de l'inscription en ligne et payer le montant global avec la carte de crédit ou la PostFinance Card après avoir saisi toutes les données.

Inscription entreprises/grands groupes

Par E-mail (info@gpbern.ch) tu peux demander l'accès à la plateforme d'inscription en ligne pour grands groupes. Là tu as la possibilité de saisir et d'éditer jusqu'au délai d'inscription les données d'inscription des collaborateurs/trices resp. participants/es. Une fois le délai d'inscription passé le total des finances d'inscription de tous les participants/es annoncés/es sera débité de la carte de crédit annoncée ou nous te ferons parvenir une facture.

Guichet pour les groupes

Pour les groupes de plus de 15 personnes (ex. entreprises, clubs, écoles), un guichet spécial est aménagé pour que tu puisses retirer tous les dossards ensemble. Ceci doit être expressément mentionné lors de l'inscription.

Informations sur le départ par E-mail

Tu reçois par E-mail les informations concernant ton départ environ une semaine avant le GP. Si nous n'avons pas encore ton adresse E-mail, nous te prions de nous en envoyer une.

Délai d'inscription: samedi, 20 avril 2019

Des inscriptions tardives ne seront pas possibles. Toutes les entrées des paiements après le 20 avril 2019 ne pourront plus être traitées et seront versées en faveur de l'organisateur. En cas de non-participation, il n'existe aucun droit au remboursement de la finance d'inscription.

Chronométrage

Le chronométrage est assuré par mika:timing GmbH avec une puce jetable intégrée dans le dossard.

Genau jetzt mit der Groupe Mutuel günstiger starten

Als Kunde der Groupe Mutuel profitierst du von einer Ermässigung von 50% auf die Anmeldegebühr des Grand-Prix von Bern. Den Code für die Ermässigung erhältst du gegen Eingabe deiner BAG-Nr. (auf deiner Versicherungskarte aufgeführt) ab sofort auf www.groupemutuel.ch/club unter dem Angebot «Grand-Prix von Bern». Aus organisatorischen Gründen ist die Anmeldung mit 50% Ermässigung nur online möglich. Nicht kumulierbar mit anderen Ermässigungen.

(Die Anzahl vergünstigter Startplätze ist limitiert)

Wettkampfreglement

Mit der Anmeldung zum Grand-Prix von Bern stimmst du automatisch unserem Wettkampfreglement zu. Das vollständige Reglement findest du unter www.gpbern.ch/reglement.

Datenschutz

Datenschutzgrundsätze und eine Datenschutzerklärung findest du unter www.gpbern.ch/datenschutz



Là, maintenant, profite d'un rabais avec le Groupe Mutuel

En tant que client du Groupe Mutuel, vous profitez d'un rabais de 50% sur la finance d'inscription au Grand-Prix de Berne. Pour recevoir votre code de réduction, entrez votre N° OFSP (mentionné sur votre carte d'assuré(e)) dès maintenant, sur www.groupemutuel.ch/club, rubrique «Grand-Prix de Berne». Pour des raisons

d'organisation, l'inscription au bénéfice d'un rabais de 50% n'est possible qu'en ligne. Offre non cumuleable avec d'autres avantages.

Règlement de concours

En t'inscrivant au Grand-Prix von Bern tu acceptes automatiquement notre règlement de concours. Le règlement se trouve sur www.gpbern.ch/reglement.

Protection des données

Les principes de la protection des données et une déclaration de protection des données se trouvent sur www.gpbern.ch/protection-des-donnees

Social Media #gpbern



facebook.com/gpbern



twitter.com/gpbern



instagram.com/gpbern

Kehri+Oeler
WELTWEITE UMZÜGE



MIT DER KEHRLI+OELER AG
SCHNELL UND SICHER ZUM ZIEL!

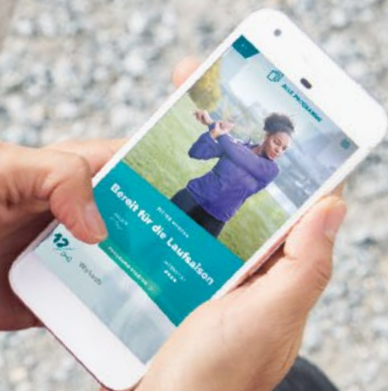
TELEFON 031 388 81 11
KEHRLIOELER.CH



Heute optimal auf den GP Bern vorbereiten.

Mit dem iMpuls Coach.

iMpuls



Migros fördert den Schweizer Laufsport und unterstützt Sie in der Vorbereitungsphase für die Volksläufe: migros-impuls.ch/volkslaeufe

MIGROS
Ein **M** gesünder.