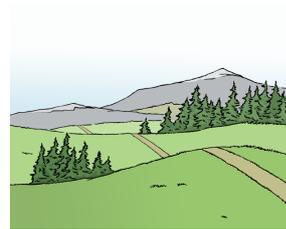


## MudMates – Diese Infos sind in Leichter Sprache

**MudMates** ist ein englisches Wort.  
Man spricht es so aus: mad mäits



MudMates ist ein **Hindernis-Lauf**  
durch den Wald in Metzingen.  
Der Lauf ist am **24. September 2022**.



Bei MudMates kommen viele Menschen  
zusammen.  
Die Menschen sollen dort Gemeinschaft  
erleben.



Bei MudMates kämpfen die Teilnehmer  
**immer als Team** zusammen.

Team bedeutet **Gruppe**.  
Team spricht man so aus: Tiem.

Die Teams gehen gemeinsam über  
Hindernisse.

Die Teams halten in der Gruppe zusammen.  
Sie sollen gemeinsam gewinnen.



## Wir sind das TeamV.

Das TeamV will, dass MudMates für alle Menschen möglich ist.

Das TeamV setzt sich für Inklusion bei MudMates ein.

Deshalb helfen wir euch,  
wenn ihr ein inklusives Team sein wollt.

Wir helfen Menschen mit Assistenz-Bedarf.  
Das sind zum Beispiel Menschen mit Behinderungen.

Wir helfen ihnen,  
wenn sie bei MudMates mitmachen wollen:



## Wir suchen nach einem Paten-Team.

Ein Paten-Team sind Menschen,  
die gerne zusammen mit Menschen mit Assistenz-Bedarf ein Team sein wollen.

Wir helfen,  
dass sie Kontakt zueinander bekommen:

- Wir suchen **Menschen mit Assistenz-Bedarf**,  
die gerne mitmachen wollen,  
aber sich alleine nicht trauen.
- Und wir suchen **Sport-Vereine** oder **Kirchen-Gemeinden**,  
die gerne ein Paten-Team sein wollen.



## Wir geben euch Infos.

Zum Beispiel:

- Wie sieht die Strecke aus?
- Welche Hindernisse gibt es?

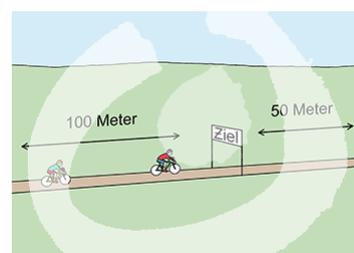


Es gibt **drei Strecken**:

1. Eine Strecke mit 2 Kilometern.
2. Eine Strecke mit 5 Kilometern.
3. Eine Strecke mit 9 Kilometern.

Auf jeder Strecke kann man die Hindernisse wählen.

Es gibt leichte und schwierige Hindernisse.



Das TeamV hilft den inklusiven Teams bei der Planung von den Strecken und von den Hindernissen.



Das TeamV arbeitet auch mit den **RunMates** zusammen.

RunMates ist ein englisches Wort.  
Man spricht es so aus: ran mäits.

Bei den RunMates kann man trainieren.  
Das ist gut zur Vorbereitung für MudMates.



**Du willst nicht mitlaufen?  
Aber du willst mithelfen?**

Das ist toll!

Zum Beispiel kannst du mitmachen:

- Beim Aufbauen.
- Beim Betreuen von einem Hindernis.
- Beim Verteilen von Essen und Trinken.
- Oder bei etwas anderem,  
was du gut kannst.

Das Team V hilft Dir,  
das richtige Team zu finden,  
wo du mitmachen kannst.

**Melde dich beim TeamV!**



MudMates ist ein Hindernis-Lauf.  
**Aber das Geld soll kein Hindernis sein.**

Wer wenig Geld hat,  
kann trotzdem mitmachen.

**Deshalb zahlen alle Mitglieder von  
inkluisiven Teams den billigsten  
Teilnehmer-Beitrag.**

**Das versprechen wir!**

