

# Weil Wissen der erste Schritt ist ...mehr Aufmerksamkeit für Endometriose

## Lass uns gemeinsam ein starkes Zeichen setzen – Sei dabei beim Limmatlauf 2026!

Am **28. März 2026** geht es los: Gemeinsam gehen wir beim Limmatlauf in Baden an den Start – nicht nur, um zu laufen, sondern um eine Welle der Aufmerksamkeit für Endometriose zu erzeugen! Mit unserem Shirt „**Weil Wissen der erste Schritt ist**“ bringen wir dieses wichtige Thema auf die Strassen und machen es sichtbar. Jede Person, die mitmacht, hilft dabei, das Bewusstsein für Endometriose zu stärken und die Sichtbarkeit für Betroffene zu erhöhen.

### Was ist geplant?

An diesem Tag möchten wir möglichst viele Menschen mobilisieren, die sich dem Thema anschliessen und durch ihre Teilnahme den Fokus auf Endometriose lenken. Ganz egal, ob du selbst betroffen bist, Angehörige hast oder einfach nur aufmerksam machen möchtest – alle sind herzlich eingeladen!

Der Limmatlauf bietet nicht nur eine tolle Möglichkeit, sich sportlich zu betätigen, sondern auch ein starkes Gemeinschaftsgefühl zu erleben. Du kannst mit uns zusammen laufen oder einfach anfeuern – wichtig ist, dass du ein sichtbares Zeichen setzt und uns unterstützt.

### So machst du mit:

#### Melde dich für den Limmatlauf an

Wähle deine gewünschte Kategorie und melde dich an: [Anmeldung Limmatlauf](#)

#### Bestelle dein Laufshirt

Gehe auf unseren [Webshop](#) und bestelle dir das Shirt mit dem Aufdruck „**Weil Wissen der erste Schritt ist**“. Damit setzt du ein sichtbares Zeichen und hilfst uns, Aufmerksamkeit für Endometriose zu generieren.

#### Trainiere für den Lauf

Bereite dich vor! Egal, ob du die 3.7 km oder die 13.1 km Strecke läufst, etwas Training schadet nie.

#### Bist du nicht so der Läufer/die Läuferin? Kein Problem!

Du kannst auch ohne Anmeldung am Event teilnehmen und einfach ein Shirt bestellen. Trage dein Shirt am 28.03.26 auf dem Gelände, um so die Aufmerksamkeit auf das Thema Endometriose zu lenken. Jedes Shirt zählt!

Zusätzlich gibt es einen **Infostand**, den wir zusammen mit **EndoHelp** betreuen werden. Dort erhältst du wichtige Informationen über Endometriose, kannst dich mit Fachpersonen austauschen und mehr über die Hintergründe und die Notwendigkeit der Aufklärung erfahren.

Sei dabei und hilf uns, das Bewusstsein für Endometriose zu steigern – je mehr Menschen mitmachen, desto grösser wird die Wirkung!



**Tana**

Kompetenzzentrum für Endometriose und  
Bauch - / Beckenschmerzen

