

# Ausschreibung

## 1.Jörgs Geburtstagsmarathon

42,5KM mit 600HM am 21.01.2023

Der Lauf ist ein Trainingslauf und keine wettkampforientierte Veranstaltung um in Übereinstimmung mit der gültigen Fassung der hessischen SARS-COV-2- EINDÄMMUNGS-VERORDNUNG und der Zählordnung des 100 Marathon Club Deutschland einen Individuellen Trainingslauf zu absolvieren. Es gilt die gültige Covid Verordnung am Lauf-Tag.

Nach meinem Geburtstagsultra im Januar 2020 gibt es dieses Jahr auf einer neuen Strecke einen Geburtstagsmarathon.

**Startzeit:** Samstag, den 21.01.2023 um 09:00Uhr. Treffen ab 08:45Uhr.

**Start-Zielort:** Naturfreundehaus Moret, Auf der Moret 10, 64807 Dieburg

[https://www.naturfreunde-dieburg.de/naturfreundehaus\\_moret](https://www.naturfreunde-dieburg.de/naturfreundehaus_moret)

**ÖPNV:** Die Bushaltestelle Grube Messel Besucherzentrum ist 2,5Km von Start-und Ziel entfernt. Von da hat man per Bus Anschluss an den Bahnhof Messel und den Hauptbahnhof Darmstadt.

**Strecke:** 4 Runden über jeweils 10,5Km mit 150Hm, plus Pendelauftaktstück von 500 Meter.

Somit kommen wir auf 42,5Km mit 600Hm. Reine Waldstrecke auf Waldwegen und Trails.

Pro Runde nur 250 Meter Asphalt.

Start-und Ziel sind auf dem Dach von Dieburg am Naturfreundehaus Moret auf dem Mainzer Berg. Strecke führt teilweise über den Fernwanderweg Östlicher Kreiswanderweg (HW8) vom Odenwaldclub. Vorbei kommen wir auch am Rentnertempel Groß-Zimmern und am Naherholungsgebiet Spießfeld Dieburg. Strecke führt durch die Gemeindewälder von Dieburg und Groß-Zimmern. Keine Straßenquerung!!!

**Streckenmarkierung:** Sollte es das Wetter zulassen wird die Strecke markiert.

Ansonsten wird per GPX-Track gelaufen , diesen bekommt jeder nach seiner Anmeldung.

**Verpflegung:** Eigenverpflegung!!! Nach jeder Runde kommen wir bei Start-und Ziel am Auto vorbei.

**Duschen/Umkleide:** Keine!!!

**Auszeichnung:** Soforturkunde und Ergebnisse im Internet.

**Teilnehmerlimit:** Mindestens 3, Höchstens 25. Mindestalter: 18!!!

**Anmeldeschluss:** Donnerstag, den 19.01.2023 um 18Uhr oder bei Erreichen vom Teilnehmerlimit.

**Zeitmessung:** Jeder Läufer/Läuferin nimmt seine Bruttozeit per GPS-Uhr oder Handy selbst auf.

Nach dem Lauf ist die Laufzeit mir per Whatsapp oder E-Mail mitzuteilen.

**Haftungsausschluss:** Für Verletzungen und Unfälle oder sonstige Schäden wird keine Haftung übernommen. Jeder Teilnehmer/Teilnehmerin startet auf eigenes Risiko und versichert, dass sie gesund und gut trainiert sind für diesen Lauf. Es gilt die Straßenverkehrsordnung. Mit der Anmeldung wird dem HAFTUNGSSCHLUSS zugestimmt. An die gültige Corona-Vorschrift muss sich gehalten werden. Fotos und Ergebnisse: Die Aktiven sind durch ihre Teilnahme damit einverstanden, dass sämtliche Fotos und Ergebnisse, ohne Vergütungsansprüche, von diesem Lauf im Internet oder den öffentlichen Medien veröffentlicht werden können.

**Veranstalter:** Jörg Drechsler 017694955883, [joergdrechsler@web.de](mailto:joergdrechsler@web.de)

**Anmeldung:** Per E-Mail: [joergdrechsler@web.de](mailto:joergdrechsler@web.de) mit Namen, Verein und Handynummer