8. ITH-HILS-ULTRATRAIL

81 Kilometer mit **2100** Höhenmetern

(Ausstieg in Delligsen nach **51** Kilometer möglich)

20. April 2024

- vorläufige Ausschreibung -

Für Läufer, die gerne die Herausforderung in und mit der Natur suchen.
Gelaufen wird in großen Teilen auf dem ausgezeichneten Ith-Hils Wanderweg.

Start / Ziel: Am Freibad 6a, 31020 Salzhemmendorf-Lauenstein
Startnummernausgabe **ab 5 Uhr** – bitte seid rechtzeitig vor Ort – es gibt auch noch einen Kaffee. In der Mehrzweckhalle stehen Umkleideräume und Duschen zur Verfügung. Taschen können vor Ort deponiert werden.

Startzeiten: 6 Uhr Laufzeit 12-14 Stunden – **Mindestlaufzeit** 11:30 Stunden!
8 Uhr Laufzeit 10-12 Stunden
Briefing jeweils **15 Minuten** vor dem Start.

Teilnehmerlimit: 75 Starter **Zeitnahme:** Durch Veranstalter (Stoppuhr)

Zieleinlauf: zwischen 17:30 und 20:00 Uhr
Jeder Teilnehmer sollte den VP2 bei km 51 zwischen 14:45 Uhr und 15:15 Uhr durchlaufen haben. Beim dortigen Ausstieg findet eine Wertung statt und der Transport zum Ziel ist nach VP-Ende möglich.

Strecke: In großen Teilen auf Ith-Hils Wanderweg (Wald- und Forstwege, Singletrails)
www.ith-hils-weg.de **Achtung!** Die dortigen GPS Daten sind nicht für diesen Lauf!

2 Verpflegungsstationen: bei km 27 und 51 mit ultralauftypischer Verpflegung und Getränken. Es besteht die Möglichkeit, dort Wechselklamotten zu deponieren.
3 Getränkestationen: bei km 12 – 40 – 68,5 Iso, Tee, Wasser etc.
Alle Stationen sind mit dem Auto erreichbar und die Teilnehmer **müssen** dort den Durchlauf bzw. den Ausstieg erfassen lassen!

Anmeldung: Online ab dem **01.11.2023** bei **Race Result** (Link auf www.running-paule.de)
Anmeldeschluss **07.04.2024** oder nach Erreichen des Teilnehmerlimits (keine Nachmeldung)
Kostenbeitrag: 55,- Euro bis 31.12.2023 / 65,- Euro bis **Anmeldeschluss**
Zahlbar umgehend nach Erhalt der Teilnahmebestätigung
Es erfolgt keine Startgelderstattung bei Nichtteilnahme.

Orientierung: Jedem Teilnehmer werden die aktuellen GPS-Daten zur Verfügung gestellt. Entsprechend nutzbare Geräte / Uhren sind dringend empfohlen. Gute Beschilderung des Ith-Hils-Wanderwegs, Streckenkarte bei Start erhältlich (wird auf Wunsch vorab zugeschickt).

Auszeichnung/Abschluss: Nach Zieleinlauf erhält jeder Teilnehmende ein Finisherpräsent und kann in der Mehrzweckhalle duschen. Danach gibt eine Siegerehrung und ein kostenfreies Nudelbuffet (Getränke übernimmt jeder selbst). Die Urkunden (auch für 51km) und Ergebnislisten stehen als Download bei RaceResult zur Verfügung.

Sonstiges: Startberechtigt sind nur Personen mit Anmeldebestätigung des Organisators.

Pflichtausstattung: Handy, GPS Gerät/Laufuhr oder Streckenkarte, ausreichend Getränke zwischen den Stationen (Trinkrucksack empfohlen)

Unterkünfte: Vermittlung durch die Tourismuszentrale östl. Weserbergland GeTour GmbH
www.oestliches-weserbergland.de 05042/929804

Organisation: Frank Willmann, Marc Bruns, Detlef Erasmus.
unterstützt durch SF Osterwald und den Trailrunnern Weserbergland

Veranstalter: Sportfreunde Osterwald von 1913 e.V., Osterwald

Kontakt: Info@running-paule.de und ultra@sportfreunde-osterwald.de

Haftung: Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Der Organisator haftet nicht bei Unfall, Diebstahl oder sonstigen Schadensfällen. Eine entsprechende Haftungs- und Einverständniserklärung ist vor dem Start zu unterzeichnen.

ITH HILS WEG

Weitere Infos wie Streckenbeschreibung, Fotos und Berichte etc. sind zu finden auf

www.running-paule.de