

36. Running Paule Marathon

27. September 2020

(Hinweise zum nicht öffentlichen Trainingsmarathon)

Organisation: Detlef Erasmus (www.running-paule.de)

Start: 9 Uhr – Briefing 8:45 Uhr, Gasthaus Bergschmiede, Im Süntel, 31848 Bad Münder,
Anfahrt über die Süntelstraße

Strecke: NEU - 10 Runden auf 4,22km Strecke

Wegbeschreibung: Nach der ersten langen Geraden auf der Söltjerrunde wie gewohnt rechts, dann nach etwa 80 Meter links die Serpentine herunterlaufen. Diese mündet in den Steinbachtalweg - rechts halten und den Anstieg bis zur ersten Kreuzung hoch. Nun wieder rechts und es geht dann gerade zurück (1,5km) bis zur Bergschmiede. GPX-Track kann angefordert werden.

Laufzeit: max. 5:30 Std + Toleranz des Organisations, **Frühstart nur nach Rücksprache.**

Eigenverpflegung: Sie ist im oder am Auto zu hinterlegen.

Bewerbung/Anmeldung mit Angabe von Vorname, Nachname, Altersklasse, ggf. Verein an: Info@running-paule.de

Organisationsbeitrag: 5,- Euro am Start als Spende erwünscht.

Abschluss/Wertung/Auszeichnung: Die Laufzeit ist vor Ort, nach dem Lauf in der Bergschmiede oder am gleichen Tag per Mail mitzuteilen. Die Urkunde wird per Mail zugeschickt.

Sonstiges: max. 24 Starter. Startberechtigt sind nur Personen mit Anmeldebestätigung des Veranstalters.

Haftung: Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Es gelten weiterhin alle behördlich aktuellen Empfehlungen und Einschränkungen zur Coronapandemie und meine Teilnahmebedingung, die auf meiner Homepage unter Lafevents zu finden sind.