

45. Running Paule Marathon

21. August 2021

(Trainingsmarathon als Individualsport – ohne Wettkampfcharakter)

Startzeit: 9:00 Uhr - Briefing 8:45Uhr, Frühstart nur nach Rücksprache

Ort: Gasthaus Bergschmiede, Im Süntel, 31848 Bad Münder, Anfahrt nur über Süntelstraße möglich, keine Zufahrt über Klein-Süntel!

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

Start/Ziel: Vor der großen Wanderkarte **Teilnehmerlimit:** 24 Starter/innen

Strecke: 10 Runden auf 4,22km Strecke mit insgesamt ca. 650HM

Wegbeschreibung: Nach langen Geraden auf der Söltjerrunde rechts, dann nach 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.

Eigenverpflegung: Im oder am Auto zu hinterlegen.

Zeitlimit: 6 Stunden plus Toleranz des Organisators

Auszeichnung: Die Laufzeit kann vor Ort oder am gleichen Tag per Mail übermittelt werden. Die Urkunde (PDF) wird zugesandt!

Organisationsbeitrag: 5,- Euro als Spende erwünscht.

Weitere Hinweise: Es gelten alle zum Laufzeitpunkt gültigen Kontaktbeschränkungen, Abstandsregeln und Einschränkungen zur Coronapandemie! Es sollte ein **Mund-Nasenschutz** mitgeführt werden und bei Bedarf, benutzt werden! Jegliche Zuwiderhandlung führt zur Disqualifikation des Teilnehmers.

Haftung: Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Jeder haftet für sich selbst und hat mit der Anmeldung dem Haftungsausschluss zugestimmt.