

# 53. Panorama Marathon

## 04. April 2023

( Einladung zum gemeinsamen, nicht öffentlichen Trainingsmarathon )

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

**Ort:** Gasthaus Ziegenbuche, An der Ziegenbuche 6, 31848 Bad Münder,  
Anfahrt über B442 - Abfahrt Ampelkreuzung Deisterallee

**Bewerbung/Anmeldung** mit Angabe von Vorname, Nachname, Altersklasse  
an: [Info@running-paule.de](mailto:Info@running-paule.de)

**Start/Ziel** Bushaltestelle Teilnehmerlimit: 24 Starter/innen

**Strecke:** Einführungsrunde und 8 herrliche Panoramarunden mit ca. 680 HM im Deister

**Laufzeit:** max. 6 Std + Toleranz des Organisations

**Verpflegungsstation bei Start/Ziel:** Wasser, Cola, Tee, Bananen, Salzstangen, Haferkekse.  
Eigenverpflegung kann dort abgelegt werden – ohne Aufsicht!

**Organisationsbeitrag: 8,- Euro** am Start als Spende erwünscht.

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

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



[www.running-paule.de](http://www.running-paule.de)