

Ausschreibung „Generalprobe“

23. und 24. Juni 2018

Veranstalter:

LG Mauerweg Berlin e.V.
Brettnacher Str. 24, 14167 Berlin
Tel.: 030-531 41 670

Termin:

23. Juni 2018 (Samstag) und 24. Juni 2018 (Sonntag)

Organisationsleitung:

Steffen Bruntsch
Mail: steffen.bruntsch@lgmauerweg.de
Mobil: 0178-838 59 40

Charakter der Veranstaltung:

Die Generalprobe deckt zusammen mit dem **LGM-Nachtlauf 2018** den gesamten Verlauf der **100MeilenBerlin 2018** ab und ist deshalb ein sehr guter Vorbereitungslauf für die Teilnehmer.

Der Lauf in der Gruppe steht im Vordergrund. Es wird daher angestrebt, gemeinsam in einem Tempo von 6:45 bis 7:00 min/km unterwegs zu sein (exklusive der Versorgungspausen).

Ablauf und Strecke:

Generalprobe – 1. Tag (ca. 55 km) am 23.06.2018:

Start: 9:00 Uhr (S-Bahnhof Griebnitzsee, Ausgang: Rudolf-Breitscheid-Straße)
Ziel: ca. 16:00 Uhr (S-Bahnhof Hennigsdorf)

Generalprobe – 2. Tag (ca. 45 km) am 24.06.2018:

Start: 9:00 Uhr (S-Bahnhof Hennigsdorf)
Ziel: ca. 15:00 Uhr (S-Bahnhof Ostbahnhof/Stralauer Platz)

Sicherheit im Straßenverkehr:

Während des gesamten Laufs muss die Straßenverkehrsordnung eingehalten werden, da die Strecke zum Teil über öffentliche Straßen führt und nicht abgesperrt ist. Also immer am linken Fahrbahnrand dem Verkehr entgegenlaufen, sollte es keinen Fußweg geben!

Sportliche Tauglichkeit und Haftungsausschluss:

Mit der Anmeldung erklärt der Teilnehmer, dass er gesundheitlich dazu in der Lage ist, die 55 bzw. 45 Kilometer lange Strecke zu laufen und dass er dafür ausreichend trainiert hat. Ihm ist bewusst, dass er auf eigenes Risiko an dem Lauf teilnimmt. Für die Weiterreise vom Ziel oder im Falle eines Ausstiegs ist er selbst verantwortlich.

Verpflegung:

Alle 8 bis 12 Kilometer gibt es einen mobilen Verpflegungsstand mit den üblichen für Ultra-Langstreckenläufe typischen Getränken und kleinen Speisen.

Ausrüstung:

Jeder Teilnehmer ist verpflichtet, ein funktionsfähiges, eingeschaltetes Mobiltelefon und mindestens eine Trinkflasche mit 0,5 Litern Flüssigkeit mit sich zu führen. Je nach Witterung sollten die Läufer auch eine leichte Regen- beziehungsweise Windjacke mitnehmen.

Gepäcktransport:

Während des Laufs wird das Gepäck im Verpflegungsfahrzeug transportiert. Bitte nur kleines Gepäck mitnehmen.

Kostenbeitrag:

Der Teilnahmebeitrag (egal, ob an einem oder an beiden Tagen teilgenommen wird) an der Generalprobe beträgt für Nichtmitglieder 20 Euro; LGM-Mitglieder zahlen 10 Euro.

Mit der verbindlichen Anmeldung über raceresult.com stimmt der Teilnehmer dem Einzug des Teilnehmerbeitrags mittels SEPA-Lastschriftverfahren zu.

Urkunde:

Eine Urkunde wird nach der Veranstaltung über raceresult.com zum Download bereitstehen.

Foto und Videoaufnahmen:

Mit der Anmeldung erklären alle Teilnehmer, damit einverstanden zu sein, dass Fotos und Videoaufnahmen gemacht werden. Die Nutzungsrechte daran liegen beim Veranstalter, der das Material für die eigene Presse- und Öffentlichkeitsarbeit verwendet.

Anmeldung:

Anmeldungen sind **bis zum 17. Juni 2018** über raceresult.com möglich.

Wir wünschen allen Teilnehmern einen verletzungsfreien Lauf und ein schönes Lauferlebnis mit uns!