

4. DORIS-SAGASSER-Marathon (Marathongeburtstag)

Datum: Sonntag, 18. Juli 2010 (Doris wird an diesem Tag 42 Jahre und 195 Tage jung).

Startzeit: 9:00 Uhr

Ausgabe Startnummern: 8:00 – 8:30 Uhr (24558 Henstedt-Ulzburg, Details in der Anmeldebestätigung per email)

Organisator: Doris und Mario Sagasser, 24558 Henstedt-Ulzburg
Veranstalter: SV Henstedt-Ulzburg e.V.

Strecke: Henstedt-Ulzburg, südlich Greifswalder Straße, Naturlandschaft an der Pinnau: Naturwege, leicht wellig, ca. 200 m auf Spielstraße (gegenseitige Rücksichtnahme mit anderen Verkehrsteilnehmern), Rundenlänge 1.507 m, d.h. 28 Runden.

Rundenzählung: Grundsätzlich ist jeder Läufer für seine Rundenzählung selbst verantwortlich. Ggfs. durch den Organisator an der Verpflegungsstelle.

Startgeld: 7 Euro

Meldeschluss: 11. Juli 2010, 18:00 h oder wenn Teilnehmerlimit erreicht.

Anmeldungen: per e-Mail [mario.sagasser\(at\)t-online.de](mailto:mario.sagasser@t-online.de);
Nachmeldungen am Start sind nur begrenzt möglich! Nachmeldegebühr: 3 Euro

Verpflegung: Wasser, Zitronentee, Cola, ISO, Salzstangen, Müsliriegel, Obst (Änderungen vorbehalten).

Es gibt eine **Verpflegungsstelle**; diese befindet sich am Ende der Runde

Auszeichnungen: Urkunden und Ergebnislisten; per email (-> Adresse mitteilen!)

Zeitlimit: 5:30 Stunden plus Toleranz

Haftung: Die Organisatoren/der Veranstalter übernimmt für Unfälle und Verletzungen aller Art sowie Diebstahl oder sonstige Schäden keine Haftung. Mit der Anmeldung stimmt der Teilnehmer diesem Haftungsausschluss zu.
Der Lauf hat den Charakter eines gemeinsamen Laufs, bei dem jeder für sich selbst haftet.

Den Anweisungen der Organisatoren ist Folge zu leisten.

Die Veranstaltung ist bei der Gemeindeverwaltung Henstedt-Ulzburg angemeldet.

Die Veranstaltung ist beim SHLV angemeldet.

Umkleidemöglichkeiten: im Start-/Zielbereich in Garage

Toilette: im Haus