

Ausschreibung

3., 4. und 5. Idatum-Marathon

100MC-Mitglied Jobst von Palombini veranstaltet am

Mittwoch, 21. April 2010 um 16:00 Uhr

Samstag, 8. Mai 2010 um 10:00 Uhr

Samstag, 22. Mai 2010 um 10:00 Uhr

jeweils einen Wald- und Bergmarathon im Harrl in Bückeberg / Bad Eilsen.

Start in der Wilhelmstraße 2a, 31707 Bad Eilsen

Ziel: wie Start

Strecke: Es wird eine sehr anspruchsvolle Laufstrecke mit 818 Höhenmetern durch den Harrl bis hoch zum Idatum nach Bückeberg und zurück nach Bad Eilsen angeboten.

Nach dem Start ist ein **Pendelstück von 200m**, eine **650m Auftaktrunde** sowie **eine 5,816 km lange Runde** gemeinsam zu laufen. Anschließend folgen **6 weitere je 5,816 km lange Runden** sowie die **Schlussrunde von 650 Metern**. Die Strecke ist leicht markiert. Vorwiegend Waldwege mit einem minimalen Anteil von Asphalt wurden per Laufradmessung (15.2.10) vom Veranstalter in Schaumburg-Lippe ausgesucht. Die Strecke wurde zusätzlich per GPS-Vermessung (20.2.10) erfasst.

Verpflegung: Wasser, Tee, Cola, Bananen, Salzstangen

Mitnahme von einer Trinkflasche wird empfohlen

Wertung: Klasseneinteilung nach DLO

Auszeichnung: Urkunde (per Mailversand), Ergebnisliste im Internet

Zeitlimit: 6h + Toleranz des Veranstalters

Teilnahmegebühr: 5 Euro (zahlbar am Start)

Begrenzte Teilnehmerzahl

Nachmeldungen sind am Veranstaltungstag für 6 Euro nur noch in einem sehr geringen Umfang möglich (Voranmeldung erbeten!)

Meldeschluss: jeweils 2 Tage vor der Veranstaltung (18 Uhr)

Meldeadresse: Jobst von Palombini, Wilhelmstraße 2a, 31707 Bad Eilsen

E-Mail: jobst.von-palombini@gmx.de

Anfahrt: Über die A2, Abfahrt Bad Eilsen (Richtung Bückeberg, Minden).

Versicherung: Die Teilnahme erfolgt auf eigenes Risiko.

Haftung: Der Veranstalter haftet nicht für Unfälle und Diebstähle jeglicher Art.

Sonstiges: Parkplätze unmittelbar vor dem Start (Wilhelmstraße). Briefing 15 Minuten vor dem Start. Keine Duschen, Toiletten und Kleiderablagen vorhanden.

Idatum-Marathon



Are you tough enough?