

Ausschreibung
3. Horst Sporleder Ultramarathon
Fehmarn Rund
23.05.2015



Liebe Lauffreunde,

zu Ehren des verstorbenen Horst Sporleder veranstalten wir am Samstag, den 23.05.2015 den 3. Horst Sporleder Ultramarathon Fehmarn Rund. Der Lauf wird als geführter Gruppenlauf für etwa 10 Personen angeboten, führt entlang der Küstenlinie der Ostseeinsel Fehmarn und hat eine Streckenlänge von etwa 73km. Der Lauf startet am Campingplatz am Niobe-Denkmal im Norden der Insel und führt im Gegenuhrzeigersinn entlang von Deichwegen, Strandpromenaden, an Steilküsten und auch über ein kurzes Stück Strand einmal um die Insel herum und endet wieder am Campingplatz. Das anfängliche Lauftempo der Gruppe wird angesichts der Streckenlänge und der Veranstaltungsdauer bei 6:30 bis 7:30 Minuten pro Kilometer gewählt und wird am Start in der Gruppe festgelegt. Inklusive der Verpflegungspausen ist dies auf eine Gesamtzeit von etwa 9:30 bis 10:30 Stunden ausgelegt. Bitte bedenkt dies bei Eurer Anmeldung. Die Startzeit ist um 9:30 Uhr, um 9:00 Uhr erfolgt eine für alle Teilnehmer verpflichtende einleitende Besprechung.

Wir freuen uns auf Eure Anmeldung!

Ole Sporleder, Oliver Scheer und Oliver Wille

Details der Ausschreibung:

Termin:

23.05.2015

Start und Ziel:

Camping am Niobe

Familie Mackeprang

Gammendorf - Strand

23769 Insel Fehmarn

<http://www.camping-am-niobe.de/> (eine rechtzeitige Buchung zwecks Übernachtung obliegt den Teilnehmern/innen in Eigenregie)

Startzeit:

9:30 Uhr, **verpflichtend für alle Teilnehmer: Besprechung um 9 Uhr**

Modus:

Geführter Gruppenlauf, Startgeschwindigkeit etwa 6:30-7:30 min/km. Genaue Laufgeschwindigkeit wird in der Gruppe abgesprochen, wird aber angesichts der Streckenlänge und der geplanten Veranstaltungsdauer von 9:30 bis 10:30 Stunden nicht wesentlich unter dem angegebenen Tempo liegen.

Teilnehmeranzahl:

10 Personen. Wer nach dem Erreichen des Teilnehmerlimits einen Startplatz erhalten möchte, muss eine Fahrradbegleitung stellen.

Streckenlänge:

ca. 73km, ggf. diesmal abweichend ca. 75km, da ein Abstecher zur Mühle „Jachen Flünk“ in Lemkenhafen geplant ist.

Verpflegung:

Wird in Geschäften entlang der Strecke besorgt und/ oder nach Absprache von jedem selbst getragen.

Startgeld:

8€ für Auszeichnung, Flaschenpost- und Logbuch-Urkunde, zahlbar am Start oder nach Absprache.

Siegerehrung:

Am Strand, Flaschenpost- und Logbuch-Urkunde für alle Finisher.

Veranstalter:

Ole Sporleder, Oliver Scheer und Oliver Wille

Anmeldung unter:

mosporleder@alice-dsl.net

Ole Sporleder

Lauterberger Weg 18

22459 Hamburg

Tel.: 040/ 55260869

Haftung: Die Teilnahme am Horst Sporleder Ultramarathon Fehmarn Rund erfolgt auf eigene Gefahr. Der Veranstalter übernimmt für Unfälle und Verletzungen aller Art sowie Diebstahl oder sonstige Schäden keinerlei Haftung. Mit seiner Anmeldung akzeptiert jeder Teilnehmer diesen Haftungsausschluss.