

Oberhausener Ruhrufer-(Ultra)Marathon



Termin:	01. Februar 2020, 01. März 2020, Folgetermine möglich
Streckenführung:	mehrfach zu laufende Runde auf dem neuen Abschnitt des Ruhrtalradwegs, über den Hochwasserschutzdeich, um das Biotop und durch den Alstadener Ruhrpark
Distanz:	42,7 km – 7 Runden á 6,1 km (GPS, Messrad=6,13 km), rund 20 HM/Runde, Ultraläufer dürfen gerne die eine oder andere Runde dranhängen
Start-/Zielort:	kleiner Parkplatz in der Nähe Solbadstraße 10, 46049 Oberhausen
Startzeit:	8:00 Uhr, Frühstart bei entsprechender Teilnehmerzahl möglich
Zeitlimit:	6 Stunden
Zeitnahme:	per Hand in Eigenregie, geeignetes Gerät bitte mitbringen
Anerkennung:	Urkunde per Mail

- Anmeldung:** per Mail an [karl.roch\(at\)t-online.de](mailto:karl.roch(at)t-online.de) bis 48 Stunden vor Start mit Angabe von Name, Vorname, Verein und ev. Streckenlänge, **keine** Nachmeldungen
- Teilnehmerlimit:** min. 3, max. 20 Starter, Mindestalter 18 Jahre
- Duschen/Toiletten:** leider **nicht** vorhanden
- Verpflegung:** Wird nicht gestellt, reiner Selbstversorgerlauf. Deponieren am Parkplatz/im Auto ist möglich da man in jeder Runde unmittelbar vorbeikommt
- Startgebühr:** keine, 0 €-Lauf
- GPS-Track:** <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=hrltgilpysylvqdn>
- Parkplatz:** siehe Start-/Zielort,
Alternativparkplatz am Ruhrstadion, Friesenstraße 101, 45476 Mülheim an der Ruhr, 500 m von Start/Ziel entfernt und ebenfalls Bestandteil der Laufstrecke
- Anfahrt:** A40, Ausfahrt 15 MH-Styrum (OB-Alstaden (leider nur aus westlicher Richtung), links, ca. 1200m der Friesenstr. Richtung OB folgen, dann kleiner Parkplatz links hinter dem Fußballaschenplatz!
Alternativparkplatz nach ca. 850m vor der Eisenbahnbrücke links zum Ruhrstadion
- Haftung:** Der Organisator übernimmt für Unfälle und Verletzungen aller Art sowie Diebstahl oder sonstige Schäden keine Haftung. Der Teilnehmer erklärt, dass er einen für die Absolvierung des Laufs ausreichenden Trainings- und Gesundheitszustand besitzt. Es gilt die Straßenverkehrsordnung. Die Teilnahme erfolgt auf eigenes Risiko. Mit der Anmeldung stimmt die Teilnehmerin/der Teilnehmer diesem Haftungsausschluss zu.
- Einverständniserklärung:** Die Aktiven bestätigen mit ihrer Anmeldung, dass sie damit einverstanden sind, dass sämtliche Fotos/Videos, die im Zusammenhang mit dem Lauf stehen, ohne Vergütungsansprüche genutzt und auch die Ergebnisse veröffentlicht werden dürfen!
- Veranstalter:** Karl Roch