

ALLGEMEINES

Der Strahlenburgtrail ist ein anspruchsvoller Wald-, Berg- und Traillauf. Die Organisation und der Veranstalter empfehlen vor der Teilnahme ein ausgiebiges Training und einen ärztlichen Check. Teilnahmeberechtigt ist jeder, der 16 Jahre alt ist. Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Unfälle, Schäden oder sonstige Ereignisse. Die Veranstaltung findet bei jeder Witterung statt. Start und Ziel des Strahlenburgtrail befinden sich direkt auf dem Parkplatz der Strahlenburg. Hier findet auch die Eventmesse statt. Parkplätze stehen nur auf dem Festplatz in Schriesheim zur Verfügung. Mehr dazu unter "Anfahrt".

ZEITPLAN

09:00 Uhr - Beginn der Eventmesse und Öffnung der Anmeldung
10:30 Uhr - Start der Kinderwertungen „Fit-Kids“
10:45 Uhr - Start der Kinderwertungen „Corss-Kids“
11:30 Uhr - Gemeinsamer Start "King of the Hill Race" und "DAK-Fitness-Trail"
13:30 Uhr - Siegerehrung „DAK-Fitness-Trail“ (nur Top 3 M/W)
13:45 Uhr - Siegerehrung "engelhorn sports King of the Hill Race" (nur Top 3 M/W)

WERTUNGEN

DAK-Fitness-Trail (ca. 7 km / 300 Hm):

Wertung der drei schnellsten Frauen und Männer nach Zieleinlauf, keine Altersklassenwertung

King of the Hill Race (ca. 15 km / 600 Hm):

Wertung der drei schnellsten Frauen und Männer nach Zieleinlauf, keine Altersklassenwertung

Cross-Kids (ca. 1 km):

Wertung der drei schnellsten Mädchen und Jungen nach Zieleinlauf, keine Altersklassenwertung

Fit-Kids (ca. 0,5 km):

Wertung der drei schnellsten Mädchen und Jungen nach Zieleinlauf, keine Altersklassenwertung

VERPFLEGUNG VOR UND NACH DEM RENNEN

Während des Rennens gibt es eine Wasserstelle nach 7,6 Km. Bitte denkt daran, dass weggeworfene Gels und sonstige Riegelverpackungen im Rennen zur Disqualifikation führen, da wir durch ein Naturschutzgebiet laufen. Im Ziel erwarten Euch eine großzügige Zielverpflegung. Vor und nach dem Rennen bietet der Burggasthof der Strahlenburg Speisen und Getränke aller Art für Euch an.

UMKLEIDEN/ DUSCHEN

Die Umkleiden und Duschen befinden sich in der Turnhalle der Strahlenberger Grundschule ca. 500 m Fußweg vom Start-/Zielbereich entfernt. Die Nutzung ist kostenlos. Der Veranstalter übernimmt keine Haftung.
