

GARA REGIONALE MIDDLE FALZES

Samstag 20. Mai 2023

BULLETIN 2

PROGRAMM

Öffnung Rennbüro: 14:00 Uhr
Erster Start: 15:00 Uhr
Preisverteilung: 18:00 Uhr

TREFFPUNKT

Der Treffpunkt befindet sich beim Sportzentrum Pfalzen (46.807235, 11.881537).
Es gibt beim Treffpunkt keinen überdachten Bereich.

PARKPLATZ

Es sind keine Parkplätze beim Treffpunkt verfügbar. Es stehen mehrere Parkmöglichkeiten in der Industriezone „Bachla“, ca. 1400m vom Treffpunkt entfernt, zur Verfügung (46.812021, 11.894886).



LAUFKARTE

Pfalzen
Maßstab 1:10.000
Äquidistanz 5m
Erstellung 2022

Die Laufkarte ist auf leicht wasserfestem Papier gedruckt. Falls benötigt, befinden sich beim Start auch Nylon-Folien, um die Karte zu schützen.

POSTENBESCHREIBUNG

Die Postenbeschreibung wird ausschließlich auf der Karte gedruckt.
Für alle Kategorien wird die Postenschreibung in Symbolform erstellt.

KATEGORIEN

Wettkampfkategorien:

M/W12, M/W14, M/W16, M/W18, M/W Elite, M/WB, M/W35, M/W45, M/W55, M/W65, M/W70

Nicht wettkampforientiert:

M/W10, Direct, Esordienti

Es ist nur in der Kategorie Esordienti erlaubt die Läufer zu begleiten. Nimmt die Begleitperson selbst am Rennen teil, ist die Begleitung erst möglich, nachdem der eigene Lauf beendet wurde.

UNGEFÄHRE BAHNLÄNGEN

| Kategorie | Länge | Aufstieg | Kategorie | Länge | Aufstieg |
|------------|--------|----------|-----------|--------|----------|
| W 10 | 1,6 km | 25 m | M 10 | 1,6 km | 25 m |
| W 12 | 1,9 km | 40 m | M 12 | 1,9 km | 40 m |
| W 14 | 2,0 km | 60 m | M 14 | 2,2 km | 65 m |
| W 16 | 2,9 km | 75 m | M 16 | 3,3 km | 110 m |
| W 18 | 2,8 km | 80 m | M 18 | 3,8 km | 115 m |
| W E | 4,6 km | 135 m | M E | 6,0 km | 155 m |
| W B | 2,9 km | 75 m | M B | 2,9 km | 75 m |
| W 35 | 3,0 km | 110 m | M35 | 4,6 km | 135 m |
| W 45 | 2,6 km | 70 m | M 45 | 3,9 km | 120 m |
| W 55 | 2,4 km | 65 m | M 55 | 3,0 km | 110 m |
| W 65 | 2,3 km | 65 m | M 65 | 2,4 km | 65 m |
| W 70 | 2,1 km | 70 m | M 70 | 2,3 km | 65 m |
| Esordienti | 1,6 km | 25 m | Direct | 3,3 km | 110 m |

START

Der Start befindet sich 5 Minuten vom Treffpunkt entfernt (350m mit 30m Aufstieg). Er ist über eine asphaltierte Straße erreichbar, die nicht für den Verkehr gesperrt wird. Die Teilnehmer werden zur Vorsicht und sich an die Straßenverkehrsordnung zu halten aufgerufen.

Für die Kategorie Esordienti wird keine Startzeit erstellt. Diese können manuell (puching start) ab 15:30 starten.

AUFWÄRMBEREICH

Aufwärmen ist auf der Straße zum Start möglich. Es ist verboten die asphaltierte Straße zu verlassen, da es sich abseits davon um Renngelände handelt.

RENNGELÄNDE

Einige Steige sind aufgrund kürzlicher Waldarbeiten schwer sichtbar. Für die einfachen Kategorien (Esordienti, M/W10, M/W12) werden diese Wege zwischen den Posten 3 und 5 mit weiß-roten Markierungen gekennzeichnet, um sie hervorzuheben.



Außerdem müssen einige Kategorien eine wenig befahrene Straße überqueren. Diese wird nicht für den Verkehr gesperrt, weshalb die Athleten bei der Überquerung zur Vorsicht aufgerufen werden.

STEMPELSYSTEM

Sport Ident AIR+

ZEITLIMIT

Das Zeitlimit liegt bei 1h 30'.

SANITÄRANLAGEN

Es werden beim Treffpunkt mobile Toiletten aufgestellt. Es ist verboten die Toiletten des Restaurants ohne Konsumation zu benutzen.

Es stehen außerdem keine Duschen zur Verfügung.

EINSCHREIBUNGEN

Frist

Innerhalb Montag 15. Mai um 23:59.

Einschreibengebühren

| | |
|--|--------|
| M/W Elite, M/WB, M/W35, M/W45, M/W55, M/W65, M/W70, Direct | 10,00€ |
| M/W10, M/W12, M/W14, M/W16, M/W18, Esordienti | 7,00€ |

Einschreibemöglichkeiten

- Über die Homepage der FISO – gilt nur für Athleten, die bei der FISO gemeldet sind
- Über die E-Mail haunoldoteam@hotmail.com. Dabei müssen folgende Informationen angegeben werden: Name und Nachname, Geburtsdatum, SI-Card Nr., Name und Nation des Vereins, Kategorie

Bezahlung der Einschreibengebühren

Mittels Banküberweisung. Die Überweisungsbestätigung muss im Vorfeld an haunoldoteam@hotmail.com gesendet, oder bei der Abholung der Vereins-Kuverts vorgezeigt werden.

Überweisungsgrund

Anmeldung Middle Pfalzen – “Name des Vereins”

Bankkoordinaten

Sparkasse – Cassa di Risparmio – IT29C0604558790000000333800