

Kiel-läuft-Marathon

Ausschreibung

49. Individual-Marathon/Ultra in Kiel-Holtenau auf dem ehemaligen Gelände des Marine Flieger-Geschwaders 5 mit wunderschönem Ausblick auf die Kieler Förde

(Trainingsmarathon zur Erhaltung der Fitness nach der Zählordnung des 100 Marathon Club)

Wann	Samstag 13.07.2024 Kiel Holtenau
Start/Parken	24159 Kiel (Holtenau) Strandstraße 42, Ende der Strandstraße, Parkplätze auf der linken Seite vor den Pollern (am Start)
Rahmen-Startzeit	Individueller selbstständiger Start von 04:00 bis 10:00 Uhr. Nach der aktuellen Zählordnung darf nicht vorher und nicht später gestartet werden
Zeitlimit	praktisch ohne
Unkostenbeitrag	0,00 € / Ich gebe freiwillige Spenden an Straßenverkaufende des HEMPELS Straßenmagazin weiter. HEMPELS engagiert sich für sozial randständige Menschen
Verpflegung	Jeder Teilnehmer verpflegt sich vollständig selbst vom eigenen Auto aus. Es sind keine Tische und/oder Sitzgelegenheiten vorhanden
Teilnehmerlimit	mindestens 3, höchsten 30 Personen (aufgrund der Parkplatzsituation vor Ort)
Zeitnahme	Jeder stoppt seine Zeit selbst und trägt Zeit und Runden in die ausliegende Liste ein. Wahlweise können die Zeit und Runden auch am selben Tag, per Mail an die Meldeadresse abgegeben werden. Bei einem gelaufenem Ultra bitte sowohl die 13 Runden Split-Zeit (Marathonwertung) als auch die 15 Runden Ziel-Zeit angeben.
Ergebnisse	Sofort-Urkunden vor Ort / Ergebnisliste per E-Mail
Anmeldung	Bitte mit Namen, Vornamen, Wohnort und ggfs. Verein an: Davor Bendin unter bendin-wi-ing@gmx.de Ich behalte mir das Recht vor, Anmeldungen ohne Angabe von Gründen abzulehnen
Meldeschluss	Donnerstag 11.07.2024, Abmeldungen, wenn nötig, bitte unverzüglich
Strecke	Die Marathon Laufstrecke ist ein 3,35 km langer Rundkurs der 13-Mal zu durchlaufen ist und somit eine Gesamtlänge von 43,55 km hat. Wahlweise sind auch 15 Runden mit 50,25 km und einer zusätzlichen Ultra-Marathon-Wertung möglich. Die Strecke wurde mit Messrad Geotec M10 mit Umdrehungszähler Typ Hengstler 225 vermessen. Der Untergrund ist durchgängig geteert. Das Profil ist „potteneben“. Die Strecke wird sparsam mit roter Farbe auf dem Boden, markiert

Streckenverlauf

Start am großen Parkplatz Strandstraße 42, geradeaus durch die Straßensperrung, hinter dem Schuppen rechts, immer am Wasser entlang, weiter dem Weg folgen bis es rechts abgeht, dann geradeaus bis zu den zwei rotweißen Betonpollern, Wendepunkt 1 dann die Straße wieder zurück, dem Straßenverlauf dieses Mal rechts folgen bis zurück zum Start und Wendepunkt 2.

Start / Ziel / WP1 / WP2 sind am Boden mit Farbe markiert



Anfahrt mit dem Auto

24159 Kiel (Holtenau) Strandstraße 42 – (Achtung ganz Holtenau ist Tempo 30 Zone) Anfang Holtenau nach der Tankstelle geradeaus entlang der Richthofenstraße, rechts ab in die Kastanienallee, scharf links in die Kanalstraße, gerade in die Strandstraße (Sackgasse) fahren, geradeaus bis zum großen Parkplatz 80m vor der Straßensperrung

Anfahrt mit dem Bus

Ab Hauptbahnhof Kiel mit dem Bus Linie 91 bis Haltestelle Kastanienallee in Holtenau (ca. 25 Minuten). 30 Meter rechts und dann weiter wie mit dem Auto, ca. 1 km Fußweg. Rückfahrt selbe Haltestelle, Bus mit Anzeige „Melsdorf“ nehmen

Sonstiges

Umkleidemöglichkeiten, sanitäre Einrichtungen und Sanitätsdienst sind nicht vorhanden. Bei schönem, heißem Wetter kaum Schattenschutz. Bei Schietwetter ist eine leichte Windjacke von Vorteil

Mit der Anmeldung erklärt jeder Teilnehmer sein Einverständnis, dass eventuell Fotos gemacht werden und mit Berichten auf der Seite des 100 Marathon Club oder privaten „Läuferseiten“ veröffentlicht werden

Das MFG 5 Gelände, der Holtenauer Leuchtturm und der Tiessenkai mit seinen Restaurationen laden zu schönen Sparziergängen ein, im Sommer lockt die Seebadeanstalt, auch für Aktive nach dem Laufen, so dass der Tag auch für mitangereiste Fans zu einem schönen Erlebnis werden kann

Haftung

Jeder Teilnehmer nimmt auf eigene Gefahr an diesem nichtangemeldeten Lauf teil. Eine Haftung im Zusammenhang mit diesem Laufangebot besteht seitens meiner Person weder gegenüber den Teilnehmern noch gegenüber Dritten