



DEINE TEILNEHMERINFOS

Liebe Teilnehmerin, lieber Teilnehmer, wir freuen uns, Dich beim ALTMÜHLTRAIL begrüßen zu dürfen und wünschen Dir ein unvergessliches Erlebnis bei Laufspaß und Wandergenuss. Folgende Hinweise und wichtige Informationen bitten wir Dich zu berücksichtigen.

Gegenseitige Rücksichtnahme unter ALLEN Teilnehmern ist das oberste Gebot für eine gelungene Veranstaltung.

Starterset

Jeder Teilnehmer – egal ob Wanderer oder Läufer – erhält ein Starterset. Dieses beinhaltet die Startnummer und diverse Beilagen der Partner. **Das Starterset ist unbedingt VOR dem Start in Gunzenhausen abzuholen.** Die Ausgabe findet in der Tourist Information (Rathausstr. 12) statt:

- Freitag, 1. Mai: 16.00 - 18.00 Uhr
- Samstag, 2. Mai: 9.00 - 12.00 Uhr
- Sonntag, 3. Mai: 8.00 - 10.30 Uhr

Der Weg vom Bahnhof (ca. 700 m) ist ausgeschildert. Parkplätze befinden sich an der Oettinger Straße (P Zentrum West). Wir empfehlen Dir, Dein Starterset frühzeitig, am besten schon am Vortag, abzuholen, um rechtzeitig zu den Startorten zu kommen. **In Heidenheim und Muhr am See findet keine Startersetausgabe statt!**

Bitte notiere Dir im Vorfeld Deine persönliche Startnummer, um einen schnellen Ablauf vor Ort sicherzustellen! Die Liste ist im Internet zu finden. **Achtung: Startnummer und ID der Anmeldung weichen voneinander ab!**

Startnummer

Deine persönliche Startnummer ist nicht übertragbar und gut sichtbar zu tragen. Sie ist Dein „Ausweis“ für die Kostproben an den Genussstationen, für die Gepäckabgabe und den Eintritt ins Bad. Im Starterset sind Sicherheitsnadeln zur Anbringung enthalten.

Die Startnummer für Gesamtstarter ist für beide Tage gültig und daher gut aufzubewahren.

VGN-KombiTicket

Bitte denke daran, Dein VGN-KombiTicket zu Hause auszudrucken! In Deiner Zahlungsbestätigung ist ein Link enthalten. Mit einem Klick auf das Kästchen links unten kannst Du Dein OnlineTicket abrufen und drucken. Das KombiTicket gilt im VGN-Verbundgebiet zur einmaligen Hin- u. Rückfahrt zu/von der Veranstaltung am 2. bzw. 3. Mai 2015 sowie zur Fahrt zwischen den Teilstrecken Heidenheim - Gunzenhausen - Muhr am See (im Schienenpersonennahverkehr: 2. Klasse, zuschlag-freie Züge). Nur mit dem ausgedruckten Ticket ist die kostenfreie Nutzung der VGN-Verkehrsmittel möglich.

Transfers

Am Samstag bringt Dich ein Bus (Sonder-Shuttle) zum Start nach Heidenheim. Abfahrt ist an der Haltestelle Steingass in Gunzenhausen um 9.15 Uhr, 10.15 Uhr oder 11.15 Uhr.

Am Sonntag verkehrt die reguläre R-Bahn R8 zwischen den Bahnhöfen Gunzenhausen und Muhr am See um 8.38 Uhr, 9.38 Uhr oder 10.38 Uhr. Fahrplanänderungen vorbehalten.

Gepäckabgabe

Du hast die Möglichkeit, Dein Gepäck entweder in Gunzenhausen (Tourist Information) zur Aufbewahrung oder im jeweiligen Startbereich zum Transfer abzugeben. An Deiner Startnummer befindet sich ein Abriss, um Deine Tasche zu markieren. Nur mit dieser Markierung kann das Gepäck abgegeben werden. Gesamtstarter können den Abriss an beiden Tagen verwenden.

Nach dem Zieleinlauf kannst Du Dein Gepäck in Gunzenhausen (Tourist Information) abholen. Bitte lege dazu Deine Startnummer vor!

Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Beschädigung und Verlust von Gepäck. Wir bitten unbedingt darum, keine Wertsachen oder zerbrechliche Gegenstände aufzugeben.

Start Heidenheim

Der Startbereich befindet sich im Klosterhof in Heidenheim. Läufer starten am Samstag um 11.00 Uhr mit einem Startsignal. Wanderer dürfen im Anschluss bis spätestens 12.00 Uhr auf die Strecke.

Ab Gunzenhausen verkehrt ein Bus direkt zum Start. Parkplätze in Heidenheim sind in der Badgasse ausgeschildert.

Start Muhr am See

Der Startbereich befindet sich an der Volksschule in Muhr am See. Läufer starten am Sonntag um 10.00 Uhr mit einem Startsignal. Wanderer dürfen im Anschluss bis spätestens 11.00 Uhr auf die Strecke.

Wir empfehlen, die R-Bahn R 8 vom Bahnhof Gunzenhausen zum Bahnhof Muhr am See zu nutzen. Der Bahnhof ist rund 300 m vom Start entfernt. Parkplätze in Muhr am See sind am Bahnhof und in der Stadelner Straße ausgeschildert.

Strecke

Die Strecke verläuft auf Wanderwegen und öffentlichen Straßen. Alle Teilnehmer sind normale Verkehrsteilnehmer und haben sich nach den Regeln der Straßenverkehrsordnung (StVO) zu verhalten. Fahrzeugen und sonstigen Verkehrsteilnehmern ist Vorrang zu gewähren. Wenn ein Gehweg vorhanden ist, ist dieser unbedingt zu nutzen.

Der Streckenverlauf kann vorab im Internet eingesehen werden. Außerdem ist im Starterset eine Karte enthalten. Bitte wirf vorab schon einen Blick auf den Verlauf! Schilder (schwarz auf gelbem Hintergrund) und Bodenmarkierungen (pink) erleichtern Dir die Orientierung unterwegs.

An Schlüsselstellen sind Feuerwehren und freiwillige Helfer postiert, die die Absicherung der schnellsten Läufer übernehmen. Bitte beachte, dass diese Posten nur für Teilnehmer mit einer durchschnittlichen Laufgeschwindigkeit von mind. 8 km/h bereit stehen! Insbesondere Wanderer haben unbedingt selbstständig auf den Verkehr zu achten.

Vor dem ersten Läufer wird ein Helfer auf dem Fahrrad fahren. Ein weiterer Fahrradfahrer markiert die Laufgeschwindigkeit von 8 km/h und damit die Einsatzzeit der Streckenposten. Helfer am Ende des Feldes wandern in der Richtgeschwindigkeit für die maximale Verfügbarkeit der Genussstationen.

Zeitnahme

Eine Zeitnahme gibt es nur in der Disziplin Laufen für Einzelstarter oder Teams. Der personalisierte Mehrweg-Transponder ist im Starterset enthalten und muss immer nach Anweisung am Fuß getragen werden. Bei den Teams ist der Transponder mit einem Klettband versehen und am Fußgelenk zu tragen. Gesamtstarter verwenden den gleichen Transponder an beiden Tagen. **Nach dem Zieleinlauf muss der Mehrweg-Transponder unbedingt zurückgegeben werden.** Nicht zurückgegebene Transponder werden in Rechnung gestellt. Die Zeitmessung erfolgt mit Brutto/Netto-Unterscheidung.

Verpflegung

Entlang der Strecke sind mehrere Genussstationen verteilt. Neben altmühlfränkischen Spezialitäten werden auch immer ausreichend Wasser und Obst (Bananen, oder Äpfel) angeboten. Die regionalen Anbieter stellen eine kleine Kostprobe für alle Teilnehmer bereit. Wir bitten Dich, mit Bedacht zu genießen, schließlich soll das Angebot für ALLE reichen. Bitte beachte auch die maximale Verfügbarkeit der Stationen!

Samstag

1	Dürrenberg	11.10 - 12.55 Uhr
2	Gelber Berg	11.25 - 14.40 Uhr
3	Spielberg	11.40 - 16.15 Uhr
4	Pflaumfeld	12.00 - 18.20 Uhr
5	Aha	12.15 - 19.45 Uhr

Sonntag

1	Büchelberg	10.10 - 12.05 Uhr
2	Speckweiher	10.15 - 12.55 Uhr
3	Koppenweiher	10.30 - 14.10 Uhr
4	Frickenfelden	10.45 - 15.25 Uhr

An den Startpunkten gibt es einen Wasserausschank. Im Ziel stehen Wasser, Süßgetränke, Obst sowie eine altmühlfränkische Kostprobe bereit.

Zudem bieten die Partner der Genussstationen ihre regionalen Produkte zum Verkauf an und freuen sich, wenn Du ihr Angebot nutzt.

Ziel

Das Ziel befindet sich am Marktplatz in Gunzenhausen. Zielschluss für alle Teilnehmer ist am Samstag um 20.00 Uhr bzw. am Sonntag um 16.00 Uhr. Für Teilnehmer und Zuschauer ist ein buntes Rahmenprogramm organisiert.

Müllentsorgung / Umweltschutz

Jeder Teilnehmer hat sich so zu verhalten, dass er sein Umfeld und die Umwelt nicht unnötig belästigt oder belastet. Müll ist grundsätzlich in die dafür vorgesehenen Behälter zu entsorgen oder wieder mitzunehmen.

Teams

Ein Team besteht aus zwei bis vier Läufern. Jedes Team erhält einen Staffelterransponder, der an den jeweils nächsten Läufer übergeben werden muss. Die Streckenlängen und Wechselstellen sind frei wählbar. Es kann individuell festgelegt werden, ob die Tagesetappen aufgeteilt werden oder verschiedene Läufer die jeweiligen Tagesetappen komplett übernehmen.

Erste Hilfe

Im Ziel steht der Sanitätsdienst des BRK zur Verfügung. Bitte achte auf Deine eigene Gesundheit und gehe nur an den Start, wenn Du in guter körperlicher Verfassung bist! Bitte suche schon bei geringen gesundheitlichen Beeinträchtigungen ärztliche Hilfe auf! Wenn Du den ALTMÜHLTRAIL aus gesundheitlichen oder sonstigen Gründen frühzeitig beenden musst, wende Dich bitte an die Helfer an der nächsten Genussstation! Bitte gib in jedem Fall über Deinen Ausstieg Bescheid! Sollten gesundheitliche Bedenken bestehen, zögere bitte nicht, ärztliche Hilfe anzufordern!

Duschen / Umkleiden / Toiletten

In den Startorten stehen Umkleiden und Toiletten zur Verfügung (Heidenheim: Kloster bzw. Muhr am See: Turnhalle). In Gunzenhausen befinden sich öffentliche Toiletten am Parkhaus und in der Tourist Information. Im Freizeitbad Juramare findest Du Duschen und Umkleiden.

Eintritt Freizeitbad Juramare

Alle Teilnehmer erhalten freien Eintritt im Freizeitbad Juramare in Gunzenhausen. Bitte zeige dazu Deine Startnummer an der Hauptkasse vor! Zwischen Ziel und Juramare verkehrt in regelmäßigen Abständen ein Shuttle-Bus.

Siegerehrung und Preise

Jeder Teilnehmer erhält im Ziel ein attraktives Erinnerungspräsent.

Eine Zeitnahme und Wertung gibt es nur für Läufer. Die Siegerehrungen finden auf der Bühne am Marktplatz Gunzenhausen statt:

- Samstag, 16.00 Uhr: Langstrecke
 - Sonntag, 14.00 Uhr: Kurz- & Gesamtstrecke, Teams
- Die Prämien werden nur persönlich an die Teilnehmer und nur bei der Siegerehrung überreicht. Eine Nachsendung ist nicht möglich. Die Wertungsklassen kannst Du der Ausschreibung entnehmen.

Urkunde und Ergebnisse

Nach dem Event kannst Du über die Internetseite Deine persönliche Urkunde ausdrucken. Die vorläufigen Ergebnislisten der Läufer werden im Zielbereich ausgehängt. Widersprüche sind sofort und vor Beginn der Siegerehrungen an den Veranstalter zu richten. Die endgültigen und offiziellen Ergebnislisten werden im Internet bereitgestellt.

„Stadtwurst mit Musik“

Im Zielbereich findet am Samstag und Sonntag ein geselliges Rahmenprogramm statt. In fränkischen Hütten gibt es regionale Speisen und Getränke und auf der Bühne spielen dazu Musikgruppen für jeden Geschmack. Gleichzeitig kommt die AOK mit ihrem großen Showtruck und einem bewegten Aktionsprogramm.

Datenschutz

Die Teilnehmer erklären sich damit einverstanden, dass ihre Daten zum Zwecke der Durchführung der Veranstaltung, Auswertung und Berichterstattung gespeichert, weitergegeben und veröffentlicht werden. Du erklärst Dich ferner damit einverstanden, dass Du regelmäßig über Neuigkeiten informiert wirst und Deine Daten ausschließlich zu diesem Zwecke gespeichert werden. Mit der Anmeldung erklärst Du Dich damit einverstanden, dass Bild- und Filmaufnahmen vom Veranstalter unentgeltlich für Promotionszwecke verwendet werden dürfen.

Sicherheitshinweise

Laufsport birgt gesundheitliche Risiken und Gefahren. Jedem Teilnehmer wird empfohlen, sich in regelmäßigen Abständen ärztlich untersuchen zu lassen, um seine körperliche Eignung zu überprüfen. Der ALTMÜHLTRAIL ist über eine Veranstalter-Haftpflichtversicherung versichert. Diese bezieht sich räumlich nur auf die Strecke sowie das Start-/Zielgelände und zeitlich nur auf diese Veranstaltung.

Verantwortlichkeit und Haftungsverzicht

Alle Teilnehmer nehmen ausschließlich auf eigene Gefahr an der Veranstaltung teil. Du trägst die alleinige zivil- und strafrechtliche Verantwortung für alle von Dir verursachten Schäden. Du verzichtest durch die Anmeldung für alle im Zusammenhang mit der Veranstaltung erlittenen Unfälle oder Schäden auf jegliches Recht des Vorgehens oder Rückgriffs gegenüber allen an der Durchführung der Veranstaltung Beteiligten, insbesondere gegenüber

- dem Veranstalter, dessen Beauftragten und Helfern,
- den/die Eigentümer der für die Veranstaltung genutzten Grundstücke sowie der baulichen Anlagen und Einrichtungen, gegen den Betreiber der für die Veranstaltung genutzten Strecke und dessen/deren Beauftragte und Helfer
- dem Promotor

Anmerkungen

Diese Informationen beruhen auf einem Stand vor der Veranstaltung. Damit sind mögliche Änderungen vorbehalten und zu berücksichtigen.

Wir freuen uns auf Dich und wünschen Dir viel Freude und Genuss,

Dein TEAM-ALTMÜHLTRAIL