

Ausschreibung 46. Lange-Bahn-Lauf

Stand 27.01.2024

Veranstalter

GutsMuths-Rennsteiglaufverein e.V. Laufgruppe Süd
kontakt@lange-bahn-lauf.de, www.lange-bahn-lauf.de

Schirmherr

André Knapp, Oberbürgermeister Stadt Suhl

Termin

Sonntag, 28. April 2024

Start/Ziel

Schießsportzentrum Suhl, Schützenstraße 6, Suhl-Friedberg

Wettbewerbe | maximale Starterzahl

09.00 Uhr 34 km Championslauf (Limit 200 Teilnehmer)
22 km Nordic Walking (*Wettkampfwertung nur bei
regelmäßiger Fortbewegung mit Stöcken*)

09.05 Uhr 5 km Jugend- und Einsteigerlauf (Limit 100 TN)

10.00 Uhr 22 km Hauptlauf (Lauf + NW, Limit 300 TN)

10.15 Uhr 11 km Volkslauf (Lauf + NW, Limit 400 TN)

11 km NW/Walking/Wandern

ab 10.25 Uhr Kinder- und Schülerläufe (Limit 300 TN)

500 m M/W6, (Jg. 2018)

850 m M/W7, (Jg. 2017)

1,1 km M/W8, M/W9 (Jg. 2015/16)

1,7 km M/W10, M/W11, (Jg. 2013/14)

2,2 km M/W12, M/W13, (Jg. 2011/12)

4 x 500 m Mixed-Staffel (Limit 20 Staffeln)

- je 2 Mädchen und Jungen zwischen 6 Jahre (Jg. 2018) und 13 Jahre (Jg. 2011) alt
- die Summe der Geburtsjahrgänge der Staffelmittglieder muss mindestens 8060 sein (Durchschnittsalter ca. 9 Jahre)

9.00 Uhr bis 12.00 Uhr Bambini-Hindernis-Parcours
(Jg. 2019-2021, individueller Start, Limit 100 TN)

Strecken

Die Strecken sind unter www.lange-bahn-lauf.de abrufbar.

Meldezeiträume | Startgebühren

01.02. bis 17.3. | bis 21.4. | NM bis 25.4. | LMM am 28.4.24

Bambini-Hindernis-Parcours: 2 | 2 | 5 | 8 €

Kinder/Schüler: 4 | 4 | 8 | 12 €

Staffellauf: 5 | 5 | 10 | 15 €

5 km Lauf, 11 km NW, Walking, Wandern: 9 | 12 | 15 | 25 €

11 km Lauf: 12 | 15 | 18 | 28 €

22 km Lauf/NW: 17 | 22 | 27 | 37 €

34 km Lauf: 22 | 27 | 32 | 42 €

Altersklassen

Die zugelassenen Jahrgänge sind im Anmeldeportal ersichtlich.

Anmeldung

Ab 01.02.2024 online unter www.lange-bahn-lauf.de. Die Bezahlung erfolgt per SEPA-Lastschriftinzug durch RACE RESULT. Anmeldungen sind verbindlich und verpflichten zur Zahlung der Meldegebühr. Es erfolgen keine Rückerstattungen oder Übertragungen auf Folgejahre.
Meldeschluss 21.04.2024, Nachmeldungen bis 25.04.2024.
Wegen Teilnehmer-Limitierung (s.o.) bitte rechtzeitig anmelden!
Neu: Last-Minute-Meldung am 28.4. (online, Angebot begrenzt)!

Startnummernvergabe | Ummeldung

Die Startnummer wird bei Anmeldung zugeteilt und kann nur im gemeldeten Wettbewerb verwendet werden. Eine Weitergabe der Startnummer ist bis 25.04.2024 möglich. Mit Hilfe eines Änderungslinks, der nach Anmeldung automatisch verschickt wird, können Teilnehmer Korrekturen und Änderungen der Meldedaten selbstständig durchführen. Ummeldungen auf andere Wettbewerbe sind nicht möglich. Teilnehmer-Änderungen beim Staffel-Lauf sind auch am Veranstaltungstag noch möglich.

Startunterlagen

Die Ausgabe erfolgt am Veranstaltungstag ab 08.00 Uhr

Zeitnahme | Startnummer | Zeitlimit | Zielschluss

Die Zeitnahme erfolgt mittels integriertem Startnummern-Transponder. Die Startnummer ist vorne sichtbar zu tragen. Der Durchlauf an der Langen Bahn wird elektronisch erfasst. Für das Beenden der ersten Runde im 34 km Lauf (km 16,5) gilt ein Zeitlimit von 2:15 Stunden (11.15 Uhr). Bei Nichtabsolvierung der zweiten Runde der 34 km Strecke erfolgt eine gesonderte Wertung. Ziel-Schluss für alle Wettbewerbe ist 13.30 Uhr.

Wertungen

Gesamtwertung: 11, 22, 34 km Lauf, 22 km NW, Mixed-Staffel
Altersklassen 11km Lauf: 14-19, 20-29, 30-34, 35-39, 40-44 usw.
Altersklassen 22km Lauf: 16-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60-69, 70+
Altersklassen 34km Lauf: 18-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60-69, 70+
Altersklassen Kinder- und Schülerläufe: AK6, 7, 8 usw. bis AK13
Altersklassen Jugend- und Einsteigerlauf: 14/15, 16/17, M/F
Erfassung Einlauf/Zeit: 11 km NW, Walking, Wandern

Preise

Sieger beim 22 km Hauptlauf: Wanderpokal des Suhler OB
Preise bis Platz 6 (Gesamt): 11 km, 22 km, 22 km NW, 34 km
Medaillen: Gesamt- und Altersklassenwertungen
Finisher-Medaille für alle Teilnehmer (außer Staffel)
Preise beim Staffellauf
30-Liter-Bierfass für das meldestärkste Team/Verein (ab 5 km)

Siegerehrung

Die Siegerehrungen beginnen 12 Uhr. Der Zeitplan wird ausgehangen und im Internet veröffentlicht.

Versorgung

Streckenverpflegung Altendambacher Höhe und Bergbaude „Lange Bahn“ mit Getränken und Obst/Riegeln (22, 34 km), Zielverpflegung mit Getränken, Obst, Schokolade

Weitere Leistungen

Hallennutzung, Umkleide- und Duschmöglichkeiten
Gepäckabgabe während des Laufes
medizinische Absicherung
Urkundendruck und Ergebnisliste online
Kaffee- und Kuchenbuffet, Imbiss-Versorgung
Hüpfburg für die Kleinen, Gästeschießen für die Großen

Haftung

Bei Absage durch den Veranstalter werden 50% der Meldekosten sowie Zusatzleistungen zurückerstattet.
Ist der Veranstalter in Fällen höherer Gewalt berechtigt oder aufgrund behördlicher Anordnung oder aus Sicherheitsgründen verpflichtet, Änderungen in der Durchführung der Veranstaltung vorzunehmen oder diese abzusagen, besteht keine Schadensersatzpflicht des Veranstalters gegenüber den Teilnehmern. Für Schäden jeglicher Art übernimmt der Veranstalter keine Haftung, gilt auch bei Verlust unentgeltlich aufbewahrter Gegenstände. Es gibt keinen Anspruch auf gesperrte Straßen und Strecken. Die Teilnehmer müssen sich den Bestimmungen der Straßenverkehrsordnung unterordnen. Für Zuwiderhandlungen haben die Läufer selbst einzustehen. Die Teilnehmer haben den Weisungen der Ordner Folge zu leisten.

Sonstige Hinweise

Parkmöglichkeiten werden vor der Veranstaltung kommuniziert. Wegen begrenzter Parkkapazität wird um rechtzeitige Anreise, die Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel und die Bildung von Fahrgemeinschaften gebeten.
Der Veranstalter behält sich Streckenanpassungen wegen forstwirtschaftlicher Maßnahmen vor.
Es erfolgt eine Sonderwertung auf dem STRAVA-Wettkampf-Segment. 22 km Nordic Walking wird als Wettbewerb ausgeschrieben. Regelverstöße können zur Disqualifikation führen. Ohne Stöcke erfolgt eine gesonderte Wertung.
Der Veranstalter appelliert an die Fairness aller Teilnehmer, um korrekte Zieleinläufe zu erhalten.
Fahrradbegleitung, das Mitführen von Hunden sowie Teilnahme mit Sportgeräten (außer NW-Stöcke) sind nicht gestattet.
Bei der Anmeldung ist auf gleiche Schreibweise des Teamnamens zu achten.