

Wichtige Läuferinfos:

„TIPS“ Pastaparty:

Am Freitag 21.09.2012 von 17 – 19 Uhr im TIC Stadtgut Steyr. Dein Gutschein für ein Nudelgericht liegt den Startunterlagen bei!

Nächtigung VS Dietach:

Anmeldung bei der Startnummernausgabe. Anfahrtsplan liegt bei! Bitte keine Wertgegenstände liegen lassen! Der Veranstalter übernimmt keine Haftung!

Läuferfrühstück:

für alle Läuferinnen und Läufer, am Wettkampftag von 05:30 bis ca. 08:00 Uhr im TIC Steyr.

Auch die mitgereisten Betreuer und Freunde können sich um 3,- Euro Zugang zu diesem "Morgenschmaus" verschaffen! Bon bei der Kassa/Startnummernausgabe holen!

Verpflegung für Einzelläufer und Staffelläufer:

In Laufrichtung rechts im Zelt. Im ersten Zelt feste Nahrung, danach Getränke. Ausgabe nur in Kleinmengen und nicht für die komplette Staffeln!

Warme Gerichte (Nudeln/Kartoffeln) gibt es im Verpflegungszelt an der Strecke. **Zugang für Staffelläufer von der Rückseite, bitte nicht von der Laufstrecke.** Gutscheine liegen den Startunterlagen bei!

Verpflegungsausgabe für Betreuer: nur gegen Vorweisen der Betreuerkarten.

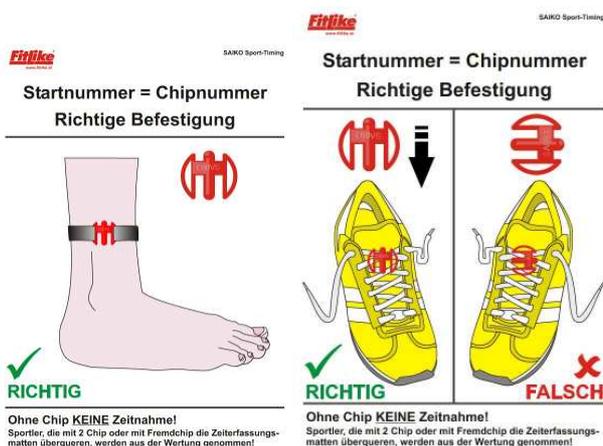
Massage: im TIC, Erdgeschoß

Strecke:

1 Runde 1,369km lang (AIMS vermessen); 73 Runden für die 100km bzw. 36,5 Runden für die 50km. Gelaufen wird im Uhrzeigersinn!

ACHTUNG: 50km Läufer starten ca. bei halber Runde! (Startpunkt beschildert)

Die Rundenzählung erfolgt mittels Chipzeitnehmung! **ACHTUNG** auf Chip Befestigung!



SAIKO Sport Timing Chipzeitmessung:

Alle Teilnehmer erhalten gegen **20,- Euro Kautions** einen SAIKO Timing Chip. Das Pfand wird bei Abgabe des Chips nach dem Lauf wieder rückerstattet. **Ohne Chip KEINE Zeitnahme!** Es werden nur **rote SAIKO Timing Chips** gelesen.

ACHTUNG!

4er Staffeln bekommen vier Chips (=4x20,- Euro)
Mega Staffeln bekommen fünf Chips (=5x20,- Euro) diese müssen im Team weitergegeben werden.

LIVE Ergebnisse: findest du auf den Live Monitoren zwischen Start/Ziel und Finisher Zone, sowie für Läufer auf dem Live TV am Streckenrand (gleich nach Start/Ziel)

Zieleinlauf: Die letzte Runde wird mit einer **ROT-WEISS-ROT Fahne** gelaufen! Die Fahne wird dem Läufer kurz nach Beginn der letzten Runde übergeben. Nach dieser letzten Runde, erfolgt der Einlauf in die Finisher Zone (rechts nach dem Start/Zielbogen im **EUROFOAM** Zelt), wo eine Relaxcouch und die Zielverpflegung (mit Finisher Seiterl) auf die Läufer wartet!

Leider kommt es manchmal (speziell bei Staffeln) vor, dass **keine Finisher Fahne** für die letzte Runde übergeben wird. Wir bitten um Verständnis dafür, dass unser Mann der diesen Job von 10 Uhr bis 20 Uhr durchführt, nur wenige Sekunden Zeit hat zu überprüfen wer die letzte Runde beginnt und wer nicht. **Die Übergabe einer Fahne (oder auch nicht) ist nicht gleichbedeutend für die Richtigkeit dieser Aktion!** Wir empfehlen deshalb speziell Staffeln, selbst ein **Rundenprotokoll (liegt Unterlagen bei!)** zu führen, um so sicher zu sein, die letzte Runde zu beginnen. Die Finisher Fahne ist ein freiwilliger Service vom Veranstalter und keine Pflicht! Wer ohne Fahne die letzte Runde laufen möchte, darf dies natürlich machen.

Läufer/Staffeln die das **Rennen vorzeitig beenden** müssen dies der Zeitnehmung melden!

4er und Mega Staffeln:

Der Übergaberhythmus kann vom Team selbst bestimmt werden! Wechsel ist an jedem Punkt der Runde erlaubt, jedoch nur einmal pro Runde, d.h. es ist immer mindestens eine ganze Runde zu laufen! Es darf sich nur 1 Läufer pro Team auf der Strecke befinden! Das mitlaufen in der letzten Runde ist gestattet! Es darf jedoch nur 1 Läufer einen Chip tragen und die Einzelläufer dürfen nicht behindert werden! Die Übergabe erfolgt per Handschlag!

Wechselplätze: Sind vom Veranstalter voreingeteilt. Vom Parkplatz aus, bitte Vorsicht beim queren der Strecke, damit die Einzelläufer, die ja schon um 7:00 Uhr starten, nicht behindert werden. Bitte achtet auf die Sauberkeit, Mülltonnen und WC's sind genügend vorhanden! Ein Müllsack liegt bei!

Wir empfehlen Sitzgelegenheiten oder Liegen und ein Partyzelt (fürs Schlechtwetter) mitzunehmen! Der Aufbau eures Camps ist ab Freitag 14 Uhr möglich.

Achtung beim Staffelwechsel Ideallinie freihalten!

Umkleiden & Duschen:

Umkleiden, ist im TIC Stadtgut Steyr möglich. Im Foyer links bei den Massagen.

Eine **Dusche für Damen** ist im TIC 4. Stock eingerichtet. Ein **Duschcontainer für Herren** befindet sich am Parkplatz vor dem TIC.

Weitere Duschmöglichkeit für Damen und Herren gibt es in der **VS Dietach**. Ein Anfahrtsplan liegt bei!

Die **Wettkampfleitung** ist rund um die Uhr unter folgenden Nummern erreichbar:
0650/4400989 (Hr. Hos) oder 0676/88559-5005 (Hr. Brandner)
Wir wünschen einen unfallfreien und erfolgreichen Wettkampf!

Wettkampfregelein:

Sportliche Fairness ist Grundsatz. 4er und Mega Staffel TeilnehmerInnen haben Rücksicht auf die langsamer laufenden Ultra-EinzelläuferInnen zu nehmen. Gefährdendes Verhalten kann die Disqualifikation der gesamten Staffel zur Folge haben. Die Einhaltung der Wettkampfregelein wird von Ordnern überwacht.

Österreichischer Ultralauf Cup:

Der 100km Bewerb wird heuer wieder im Ultralaufcup gewertet. Durch das Zeitlimit von 13h und um ein Gleichgewicht zu den 6h und 12h Läufen zu schaffen, muss man nicht 100km schaffen um Punkte zu bekommen. Die Herren punkten bereits ab 81,60km (=60 Runden) für Damen liegt die Grenze bei 73,4km (=54 Runden)!

Zeitplan:

Fr. 21.09.2012

17 - 19 Uhr "TIPS" Pasta Party im TIC Stadtgut Steyr

17 - 21 Uhr Startnummernausgabe & Nachnennung im TIC Stadtgut Steyr (nur für ULTRA Bewerber!)

Sa. 22.09.2012

ab 05:30 Uhr Läuferfrühstück im TIC Steyr

bis 06:30 Uhr Startnummernausgabe Einzel

bis 08:30 Uhr Startnummernausgabe 4er- & Mega-Staffeln

07:00 Uhr **Start 50km & 100km Lauf (nur Einzelläufer)**

09:00 Uhr **Start 4er- & Mega-Staffeln**

ab 10:15 Uhr Zieleinlauf der 50km Läufer

bis 11:00 Uhr Startnummernausgabe Kids Run

ab 12:00 Uhr **KIDS FUN mit Hüpfburg u.v.m.**

12:00 Uhr Kids Run 100m Distanz (Jg. 2008 und jünger)

12:10 Uhr Kids Run 350m Distanz (1 Runde - Jg. 2006 und 2007)

12:20 Uhr Kids Run 700m Distanz (2 Runden - Jg. 2004 und 2005)

12:30 Uhr Kids Run 1050m Distanz (3 Runden - Jg. 2002 und 2003)

12:40 Uhr Kids Run 1400m Distanz (4 Runden - Jg. 1995 bis 2001)

13:30 Uhr Siegerehrung 50km Lauf

anschließend Siegerehrung Kids Run

ab 14:15 Uhr Zieleinlauf der 100km Einzelläufer

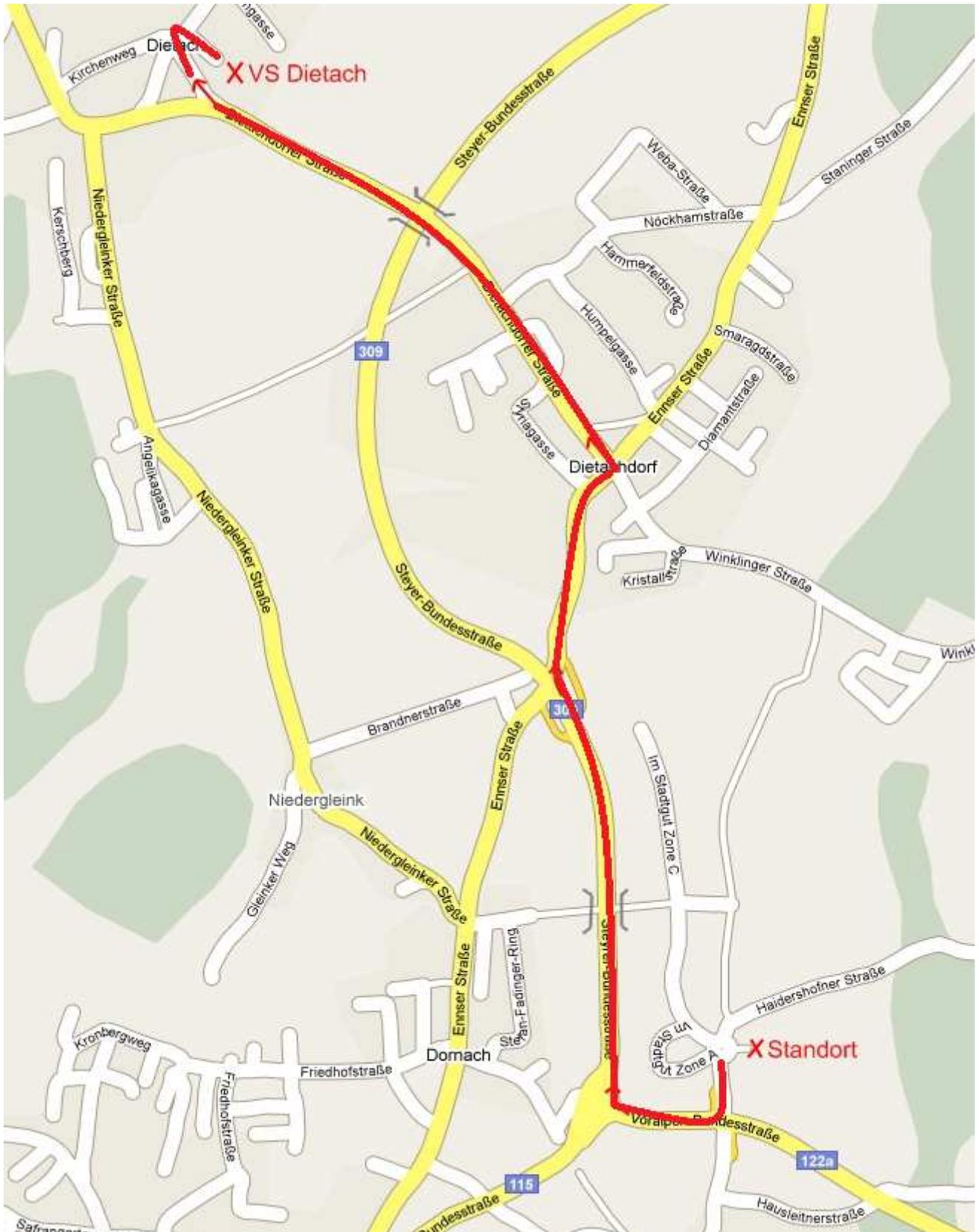
ab 14:30 Uhr Zieleinlauf der 4er und Mega-Staffeln

19:00 Uhr Siegerehrung 100km Lauf (4er und Mega-Staffeln)

anschließend Siegerehrung 100km Lauf (Einzelläufer)

20:00 Uhr Zielschluss

Anfahrtsplan VS Dietach: Gratis Nächtigung und Duschen



**Adresse:
Kirchenplatz 2
4407 Dietach**

Lauf mit! – mach Kinder fit!

Stadtgut Steyr Ultralauf Event Charity Run 2012



Das 5. Stadtgut Steyr Ultralauf Event am **22. September 2012** steht ganz im Zeichen des guten Zwecks!
Besonders Staffelteilnehmer (Motto: Gemeinsam sind wir stark!) aber auch Einzelläufer haben die Möglichkeit mit Ihrer Teilnahme Kindern zu helfen!

„Bei der Teilnahme zählt nicht die Kondition oder Leistung, sondern der Gedanke dabei zu sein und sich für eine gute Sache zu engagieren.“

Der Erlös der **Charity Aktion** kommt heuer erneut dem **Therapiegarten** der Kinderabteilung im **Landeskrankenhaus Steyr** zu Gute.

Geplant ist ein Sport- Spiel- und Trainingsplatz zum Fußballspielen, für Volleyball und zum Bogenschießen. Dazu muss der Platz geebnet werden, der richtige Untergrund verlegt und ein Zaun errichtet werden.

Wie kann man spenden:

Mitlaufen beim Ultralauf Event

Egal ob als Einzelläufer, 4er Team oder MEGA Staffel (bis zu 20 Läufer), jeder der mitläuft wird gebeten mit einer Spende zu helfen!

Einzahlen auf das Spendenkonto

(Kto. Nr. 200073999, BLZ 32278, Raiba Haiderhofen) oder in die Spendenbox am Lauftag!

Teilnahme am Charity Run

Gratis am Lauftag eine eigene Startnummer holen und einfach ein paar Runden mitlaufen, pro Runde zahlst du 5,- Euro in die Spendenbox ein!

Infos unter:

<http://www.100km.at/charity-aktion/>



Fotos: Kainrath



Veranstalter:
ASKÖ Laufwunder Steyr
Johann Puchstr. 8/7
4400 Steyr
0650/4400989 – 100km@laufwunder.at

