



5. Muggendorfer Gebirgslauf

Trailrun-Halbmarathon auf dem Wiesenttal-Trail im „Gebürg“

„Neideck 1000“ ~ härtester Halbmarathon Bayerns (nördlich der Alpen;)

Veranstalter: Gemeinde Wiesenttal

Ausrichter: STEiN*iG

Robert Stein * im Gebürg , mit Familie und Team

91346 Muggendorf / Wiesenttal

www.stein-ig.de * www.fs-trailissimo.com * www.outdoorimgebueerg.com

Zeitnahme: wkm-iad , Rüdiger Hecht , 91301 Forchheim

Datum: 10.10.2020

Startzeit: 10:00 Uhr

Startort: Muggendorf (91346 Wiesenttal) , Sportgelände an der **Grundschule**

Strecke: 1000 HM & 22 KM , Rundkurs auf dem **Wiesenttal-Trail**

→



Ziel: = Start (Muggendorf Grundschule)

V-Punkte: **Verpflegungspunkte** & Kontrollstellen:

- Engelhardsberg (Riesenburg)
- **Muggendorf** (Wanderer-Parkplatz Dooser Berg)
- Guckhüll
- **Streitberg**
- Trainmeusel

Teilnehmer: > 18 Jahre (ab Jahrgang 2002)

(< 18 Jahre mit schriftlichem Einverständnis der Erziehungsberechtigten)

Der Ausrichter behält sich vor, Teilnehmer ohne Angabe von Gründen abzulehnen.

TN-Limit: 250 Starter Trailrunning* (Reihenfolge der bezahlten Online-Anmeldungen)

Zeit-Limits: 11:30 Uhr = Passage **V-Punkt Muggendorf** Wandererparkplatz Dooser Berg (K10)

12:45 Uhr = Passage **V-Punkt Streitberg** (K17)

13:30 Uhr = Einlauf **Ziel Muggendorf** (K22)

Teilnehmern, die das Zeitlimit überschreiten, wird der direkte und einfache Rückweg zum Start in Muggendorf gezeigt. In der Wertung erscheint DNS.

Anmeldung: online über Webseite >> www.neideck1000.de

(→ Weiterleitung zum wkm-iad Portal)

Finisher-Shirt: und weitere Artikel (Neideck 1000 Tassen...) können über die Webseite bestellt werden >> <https://www.fs-trailissimo.com/info/order/>

Startgebühr: 25,- € (**bis 31.Mai**) * 32,- € (ab 1.Juni bis 30.Sept.) * im Oktober 39,- optional zusätzlich **Flexi-Gebühr:** 7,- €

Flexi-Tarif: eine (kostenlose) Ummeldung von Trailrun zu Powerhike und umgekehrt sowie ein Storno mit Erstattung der Standard-Startgebühr (25,- €) ist möglich bis maximal 31.August (Datum des E-mail Eingangs).

Startnummer: Teilnehmer-Registrierung und Startnummernausgabe erfolgt ab **7:15 Uhr bis 9:15 Uhr** in der Aula der Grundschule Muggendorf
Weitere Termine bzw. Änderungen (Zeitablauf) werden rechtzeitig bekannt gegeben.

Zeitablauf: siehe „Ablaufplan & Orga-Hinweise“ (wird rechtzeitig veröffentlicht)

Verpflegung: An den V-Punkten (s.o.) gibt es Wasser, Iso-Getränke und Bananen
Im Ziel gibt es zusätzlich Äpfel, diverse (fränkische:) Backwaren und ein alkoholfreies Finisher-Bier in der Bügelflasche des Laufponsors Kapuziner

Müll: versuchen wir weitestgehend zu vermeiden :-)
Plastikbecher werden an den V-Punkten nur in geringer Anzahl zur Verfügung gestellt → nur für Topläufer auf Bestzeit-Jagd (Sub2!)!
Allgemein wird dringend empfohlen, ein **eigenes Trinkgefäß** dabei zu haben, z.B. ein Silikon-(Falt-)Becher oder ein Trinkgurt-System.
Im Ziel werden noch -bereits vorhandene- Becher in begrenzter Zahl bereit gehalten → ein eigenes Trinkgefäß wird auch hier empfohlen!

Bewirtung: Lokale Vereine bieten (zu günstigen Preisen;) weitere Speisen und Getränke (Kaffee & Kuchen, je nach Witterung Gegrilltes, diverse Kalt-Getränke) - bei guter Witterung im Freien auf der Pausen-Terrasse mit Biertischgarnituren:-)

Umkleiden: jeweils eine Team-Kabine (des örtlichen Fußballclubs) für Männer / Frauen mit WC und Duschköglichkeit.
Persönliche Gegenstände können hier *nicht* deponiert werden!
Weitere WCs befinden sich auf gleicher Ebene im Innentrakt des Gebäudes.

Start: Aufstellung in 3 Blöcken (Spitzenläufer / Leistungsklasse / Normalläufer)
• Block AA = Sub2 Läufer*innen (Zeitnachweis)
• Block A = Sub2:30 Läufer*innen (Zeitnachweis)
• dahinter = alle „normalen“ Läufer*innen;-)

Zeitmessung: wkm-iad >> www.fs-trailissimo.com/races/neideck-1000/faq/#

Unterwegs: Strecken- und witterungsangepasste Bekleidung und Schuhe (gute Profilsohle!)
Mitnahme von Mobiltelefon und etwas Geld!
Mitnahme von eigenem Getränk und Energieriegel nach persönlichem Bedarf!
Stöcke sind erlaubt. Startnummer immer gut sichtbar tragen!
Gegenseitige Hilfe in Notfällen ist -selbstverständliche- Pflicht!

Abbruch: Im Falle einer persönlichen **Renaufgabe** die Rennleitung informieren!
Die Veranstalter/Ausrichter übernehmen keine Transportaufgaben. Die Rückkehr zum Start ist ggf. selbst zu organisieren (Mobiltelefon, Geld → s.o.)

Eine **Disqualifikation** durch die Rennleitung kann erfolgen insbesondere bei offensichtlicher Überforderung, Abkürzen (Verlassen der markierten Wege), unsportlichem Verhalten, Umweltverschmutzung, Gefährdung anderer Personen.

Risiken: Der Lauf findet auf eigenes Risiko und selbstverantwortlich auf nicht abgesperrter oder überwachter Strecke statt, örtlich besteht Absturzgefahr! Auf Straßen ist die StVO zu befolgen und der Verkehr zu beachten! In Streitberg muss im Ortsbereich die B470 überquert werden (Ampelkreuzung)! Auch wenn Streckenposten dem Autoverkehr die Anwesenheit von Läufern signalisieren, ist jede*r Teilnehmer*in für sich selbst verantwortlich! **Durch die Anmeldung bestätigen die Teilnehmer, körperlich & mental in der Lage zu sein, diesen Laufwettbewerb zu bewältigen.**

Fotos/Daten: Mit der Anmeldung erklären sich die Teilnehmer mit der Veröffentlichung (→ u.a. Webseite, Printmedien) des während der Veranstaltung aufgenommenen Bild-, Film-, Ton-Materials sowie von Namen, Geschlecht, Geburtsjahr, Ergebnissen sowie ggf. optionaler Daten (z.B. Verein/Team) einverstanden.

Ehrung: Alle Finisher erhalten eine Urkunde (PDF-Download) & ein Finisher-Präsent. Die 3 Gesamt-Ersten (Männer & Frauen) und die Schnellsten jeder Altersgruppe (M/W Junior/30/40/50/60/70) werden im Rahmen der Siegerehrung zeitnah nach dem Finisher-Zeitlimit ausgezeichnet (Urkunden und Siegerpokale).

Prämien: Alle -anwesenden- Starter*innen sowie die erfolgreichen Teilnehmer*innen der Permanent-Wettbewerbe „[Neideck 1000 Speedy](#)“ und „[Wiesental-Trail Hiking Star](#)“ nehmen im Anschluss an die Siegerehrung an der [Prämien](#)verlosung teil.

Haftungsausschluss / Sonstiges: Mit der Unterschrift in die Starterliste vor dem Start unterzeichnet jede*r Teilnehmer*in eine Haftungsausschluss-Erklärung. Die Rennleitung behält sich vor, die Streckenführung zu ändern oder das Rennen aus wichtigem Grund zu verkürzen, abubrechen oder abzusagen. Eine Rückerstattung der Start-Gebühr oder anderweitiger Schadenersatz erfolgt nicht. Ein **Sanitätsdienst** ist im Start/Zielbereich vorhanden.

Datenschutz, Haftungsausschluss, weitere Infos (zu Strecke, Anreise...)
>> <https://www.fs-trailissimo.com/races/neideck-1000/faq/>

Aktuelles zum 5.Muggendorfer Gebirgslauf von der Anmeldung bis zum Start
>> <https://www.fs-trailissimo.com/races/neideck-1000/info-news/>

Rennleitung: Team **STEiN*iG** , Kontaktdaten werden vor dem Start mitgeteilt

Danke allen Sponsoren des Muggendorfer Gebirgslaufs
>> <https://www.fs-trailissimo.com/races/sponsoring/>

www.Wiesental-Trail.de

www.Neideck1000.de

* außerdem ca. 150 Powerhiker (Start 8:30 Uhr) , wenn weniger Hiker → mehr Trailrunner möglich