

24. Essener Rhein-Herne-Kanal Marathon

als reiner Selbstversorgerlauf



- Termin:** **Sonntag, 22. Februar 2026**
- Streckenführung:** Vom Start direkt über die Brücke und am Ufer Richtung Oberhausen, bis zur Straßenbrücke OB-Osterfeld, diese überqueren und am Kanalufer zurück bis zum Start.
Eine Runde sind mit Messrad vermessen 7098 Meter.
- Wettbewerbe:**
- | | |
|---------------------|----------------------------------|
| 7,1 km | = 1 Runde |
| Drittmarathon | = 2 Runden |
| Halbmarathon | = 3 Runden |
| 28,4 km | = 4 Runden |
| 35,5 km | = 5 Runden |
| Marathon | = 6 Runden |
| 50 km Ultramarathon | = 7 Runden + 150 m Pendelstrecke |
| 71 km Ultramarathon | = 10 Runden |
- Walker*innen sind natürlich herzlich willkommen!**
- Start-/Zielort:** Prosperstraße / Ecke Scheppmannskamp, 5 m vor der Haltestelle Kanalbrücke in 45357 Essen
- Startzeit:** **10:00 Uhr**
(Früh-/Spätstart von 6:00 - 12:00 Uhr möglich, 71 km Ultra ab 4:00 Uhr)

Zeitlimit:	Halbmarathon 3:30 Stunden, Marathon 7:00 Stunden
Zeitnahme:	Per Hand in Eigenregie, geeignetes Gerät bitte mitbringen. Unabhängige Zeitnahme für Ultramarathonläufer*innen!
Anerkennung:	Urkunde per Mail und eine Sammlermedaille vor Ort Nachweis über die gelaufene Strecke erforderlich! (z.B. Screenshot von Garmin Connect, Strava oder Foto der Lauf-Uhr)
Anmeldung:	Online unter https://my.raceresult.com/375385/registration
	Fragen, Um- und Abmeldungen per E-Mail an michaelscheele-laufen@gmx.de
	In Ausnahmefällen auch Anmeldung unter Angabe von Name, Vorname, Jahrgang, Verein und geplanter Distanz.
Nachmeldungen:	Vor Ort von 9:00 – 10:00 Uhr möglich.
Teilnehmerlimit:	Mindestens 3 Teilnehmer, Mindestalter 18 Jahre ab Halbmarathon. Bei Erreichen des Teilnehmerlimits von 100 Personen bitte Anfrage per E-Mail für Warteliste. Bei Nichtteilnahme ist eine Abmeldung erwünscht!
Duschen/Toiletten:	Leider nicht vorhanden.
Verpflegung:	Wird nicht gestellt, reiner Selbstversorgerlauf! PKW mit Eigenverpflegung können direkt an der Strecke geparkt werden.
Startgebühr:	0,- Euro, eine kleine Spende vor Ort zur Deckung von Unkosten wäre schön.
GPS-Track / letzte Infos:	Werden ca. 2-3 Tage vor Veranstaltung mit letzten Infos per E-Mail zugesendet.
Parkplatz:	Direkt an der Laufstrecke am Start und Ziel.
Haftung:	Der Organisator übernimmt keine Haftung für Unfälle und Verletzungen aller Art sowie Diebstahl oder sonstige Schäden. Der/die Teilnehmer/-in erklärt, dass er/sie einen für die Absolvierung des Laufs ausreichenden Trainings- und Gesundheitszustand besitzt. Es gilt die Straßenverkehrsordnung. Die Teilnahme erfolgt auf eigenes Risiko. Mit der Anmeldung stimmt der/die Teilnehmer/-in diesem Haftungsausschluss zu.
Einverständniserklärung:	Die Aktiven bestätigen mit ihrer Anmeldung, dass sie damit einverstanden sind, dass sämtliche Fotos/Videos, die im Zusammenhang mit dem Lauf stehen, ohne Vergütungsansprüche genutzt und auch die Ergebnisse veröffentlicht werden dürfen!
Veranstalter und Organisation:	Michael Scheele TUSEM Essen Leichtathletikabteilung

Anmerkung: Für Marathonsammler zählt die Veranstaltung gemäß den Richtlinien des 100 MC.

DUV-Einträge sind möglich für 50Km Läufer:innen.