

# 3. Essener Rhein-Herne-Kanal Marathon

als reiner Selbstversorgerlauf



- Termin:** **Sonntag, 28.02.2021**
- 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 GPS Uhr 7,06 km, vermessen mit Messrad 7098 Meter.
- Wettbewerbe:**
- 7,1 km = 1 Runde
  - 14,2 km = 2 Runden
  - Halbmarathon = 3 Runden
  - Marathon = 6 Runden
  - Ultramarathon = mindestens 7 Runden
- Walker sind natürlich herzlich willkommen!**
- Start-/Zielort:** Prosperstraße / Ecke Scheppmannskamp, 5 m vor der Haltestelle Kanalbrücke in 45357 Essen
- Startzeit:** **9:00 Uhr – 11:00 Uhr**, Frühstart bei Bedarf möglich
- Zeitlimit:** Halbmarathon 3 Stunden, Marathon 6 Stunden

|                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Zeitnahme:</b>                           | per Hand in Eigenregie, geeignetes Gerät bitte mitbringen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Anerkennung:</b>                         | <b>Urkunde</b> per Mail <b>und</b> eine <b>Sammlermedaille</b> vor Ort<br><br><b>Nachweis über die gelaufene Strecke erforderlich!</b><br>(z.B. Screenshot von Garmin Connect, Strava oder Foto der Laufuhr)                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Anmeldung/Interessen-<br/>bekundung:</b> | Per E-Mail <b>bis 25.02.2021</b> an <a href="mailto:michaelscheele-laufen@gmx.de">michaelscheele-laufen@gmx.de</a> ,<br>mit Angabe von Name, Vorname, Jahrgang, Verein und geplante<br>Distanz. <b>Keine</b> Nachmeldungen vor Ort.<br><br><b>Nach Meldeeingang erfolgt Bestätigung mit laufender<br/>Startnummer</b>                                                                                                                      |
| <b>Teilnehmerlimit:</b>                     | Mindestens 3, maximal 50 Teilnehmer, Mindestalter 18 Jahre.<br><br>Bei erzwungener Teilnehmerreduzierung gilt die Reihenfolge der<br>Anmeldungen. Bei Nichtteilnahme ist eine Abmeldung erwünscht.                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Duschen/Toiletten:</b>                   | Leider <b>nicht</b> vorhanden.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Verpflegung:</b>                         | Wird nicht gestellt, reiner Selbstversorgerlauf! PKW mit<br>Eigenverpflegung können direkt an der Strecke geparkt werden.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Startgebühr:</b>                         | 0,- Euro, kleine Spende zur Deckung von Unkosten wäre schön.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>GPS-Track:</b>                           | Wird ca. 2-3 Tage vor Veranstaltung zusammen mit weiteren Infos<br>per E-Mail zugesendet.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Parkplatz:</b>                           | Direkt an der Laufstrecke am Start und Ziel.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Haftung:</b>                             | Der Organisator übernimmt keine Haftung für Unfälle und<br>Verletzungen aller Art sowie Diebstahl oder sonstige Schäden. Der<br>Teilnehmer erklärt, dass er einen für die Absolvierung des Laufs<br>ausreichenden Trainings- und Gesundheitszustand besitzt. Es gilt die<br>Straßenverkehrsordnung. Die Teilnahme erfolgt auf eigenes Risiko.<br>Mit der Anmeldung stimmt die Teilnehmerin/der Teilnehmer diesem<br>Haftungsausschluss zu. |
| <b>Einverständniserklärung:</b>             | Die Aktiven bestätigen mit ihrer Anmeldung, dass sie damit<br>einverstanden sind, dass sämtliche Fotos/Videos, die im<br>Zusammenhang mit dem Lauf stehen, ohne Vergütungsansprüche<br>genutzt und auch die Ergebnisse veröffentlicht werden dürfen!                                                                                                                                                                                       |
| <b>Veranstalter und<br/>Organisation:</b>   | Michael Scheele<br>TUSEM Essen Leichtathletikabteilung                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

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