

15. Essener Rhein-Herne-Kanal Marathon

als reiner Selbstversorgerlauf



- Termin:** **Sonntag, 03.12.2023 (1. Advent)**
- 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*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 bei Bedarf möglich)
- Zeitlimit:** Halbmarathon 3:30 Stunden, Marathon 7:00 Stunden
- Zeitnahme:** Per Hand in Eigenregie, geeignetes Gerät bitte mitbringen.
Unabhängige Zeitnahme für Ultramarathonläufer*innen!

Anerkennung:	<p>Urkunde per Mail und eine Sammlermedaille vor Ort</p> <p>Nachweis über die gelaufene Strecke erforderlich! (z.B. Screenshot von Garmin Connect, Strava oder Foto der Laufuhr)</p>
Anmeldung:	<p>Online unter https://my.raceresult.com/262122/registration</p> <p>Meldungen in Ausnahmefällen und Änderungen per E-Mail an michaelscheele-laufen@gmx.de, mit Angabe von Name, Vorname, Jahrgang, Verein und geplanter Distanz.</p> <p>Nachmeldungen vor Ort von 9:45 – 10:15 Uhr möglich..</p> <p>Nach Meldeeingang erfolgt eine Bestätigung per E-Mail</p>
Teilnehmerlimit:	<p>Mindestens 3 Teilnehmer, Mindestalter 18 Jahre.</p> <p>Bei Erreichen des Teilnehmerlimits von 85 Personen bitte E-Mail für Warteliste. Bei Nichtteilnahme ist eine Abmeldung erwünscht.</p>
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 Teilnehmer erklärt, dass er 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 die Teilnehmerin/der Teilnehmer 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:	<p>Michael Scheele</p> <p>TUSEM Essen Leichtathletikabteilung</p>

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

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