

A

Abfall

Haltet bitte die Strecke sauber!!

Wir bitten alle Läufer im Naturschutzgebiet (NSG) Königsforst im Sinne der EG-Richtlinie „Fauna-Flora-Habitat“, im Wald die Dextro-Pappbecher und Verpackungen von Eigenverpflegung in die aufgestellten Behälter zu werfen oder einfach wieder mitzunehmen. Bitte keinen Müll auf die Strecke und in den Wald werfen - die Auflagen der Behörden sind hoch ! Auch Euer umweltbewusstes Verhalten während des Laufes passt zu unserem Konzept „RUN GREEN“. Herzlichen Dank im Voraus dafür.

Abmeldung

Eine Rückerstattung des Startgeldes ist nicht möglich. Eventuelle durch den Melder verursachten Bankgebühren gehen zu Lasten des Teilnehmers.

Altersklassenwertung

Die Altersklassen (AK's) werden nach DLO eingeteilt und in der Ergebnisliste entsprechend gewertet.

Änderungen

Für die Richtigkeit der Meldedaten ist jeder Teilnehmer selber verantwortlich. Änderungen der Chip-Nr. bitte unverzüglich per Mail an Jochen.baumhof@lauf-lauf.com. Änderungen persönlichen Daten sind nur vor Ort im Meldebüro möglich. Dort bitte den gelben Korrektur-Zettel ausfüllen.

Anmeldung

Vormeldungen sind nur online über das Meldeportal auf dieser Webseite möglich. Ausnahme: Bensberger Schulen Nachmeldungen sind am Samstag zwischen 12.00 h und 18.00 h und am Sonntag ab 8.00 h möglich.

Anreise

Die Stadtbahn Linie 1 der KVB und der Busbahnhof liegen nur wenige hundert Meter von Start entfernt. Nutzt diese Möglichkeit der Anreise. Gegenfalls sucht einen Pendlerparkplatz entlang der Bahnstrecke, z.B. in Köln-Brück! Wir empfehlen, wenn möglich mit öffentlichen Verkehrsmittel anzureisen oder zumindest Fahrgemeinschaften zu bilden – ganz im Sinne unseres umweltfreundlichen Konzeptes „RUN GREEN“
Anreise-Hinweise als Download unter Infos auf dieser Webseite.

Anwohnerinfos

Anwohner werden per Infoblatt und über die lokalen Printmedien informiert.

ASB

Der Arbeiter Samariter Bund ASB Bergisch Land ist unser Partner für den Sanitätsdienst mit vielfältiger logistischer Unterstützung. Sie haben für den Fall der Fälle für euch ein ausgeklügeltes Erste-Hilfe-Konzept speziell für den Königsforst-Marathon entwickelt. Webseite: www.asb-bergisch-land.de

B

Babyjogger

Eine Teilnahme mit einem Babyjogger ist nicht gestattet und kann nach dem Reglement des DLV zum Ausschluss von der Veranstaltung führen.

Brooks

Brooks stellt für alle Siegerinnen und Sieger einen Paar Laufschuh als Preis zur Verfügung. Die Schnellsten m/w über 10 – 21,1 – 42,2 km bekommen einen leeren Schuhkarton bei der Siegerehrung überreicht. Bei Köfo-M-Partner Intersport Haeger in Bensberg können sich die Gewinner das Brooks-Modell ihrer Wahl in ihrer Schuhgröße aussuchen und bestellen. Danke an Brooks für die Unterstützung.

Bustransfer

In 2017 haben wir erstmals einen Shuttle-Service vom Parkplatz des Knauber-Baumarktes angeboten, der nahe der A4-Autobahnausfahrt Moitzfeld liegt. Auch für 2018 ist der Bensberger Stadthüpf der RVK wieder geplant.

C

Catering

Das TVR running team bietet euch wieder ein reichhaltiges Buffet in der Halle an. Wir empfehlen vor allem den Vollwertkuchen vom Bio-Mühlenbäcker Andreas Scherbarth aus Bergisch Gladbach.
www.muehlenbaeckerei-scherbarth.de

Champion Chip

Für die Zeitmessung wird der Champion-Chip eingesetzt. **Ohne Chip gibt es keine Zeitnahme.** Beim Königsforst-Marathon kann so für alle Läufe eine Nettozeitnahme erfolgen. Wer keinen eigenen Chip besitzt, bekommt bei der Start-Nrn-Ausgabe einen gelben (nur Vormelder) oder weißen (nur Nachmelder) Leihchip, die im Ziel wieder eingesammelt werden. Die Leihgebühr in Höhe von 5,- Euro wird für Vormelder mit der Startgebühr bezahlt. Nachmelder bezahlen diesen Betrag bei der Meldung vor Ort. **Ein Pfandgeld ist NICHT zu entrichten.** Der Chip muss am Fußgelenk getragen werden. Du besitzt bereits einen Champion-Chip? Dann gib bitte deine Chipnummer bei der Onlineanmeldung an.

Chip-Rückgabe

Leihchips werden im Zielbereich von Helfern eingesammelt. Es besteht auch die Möglichkeit, den Chip im AMG an der Start-Nrn-Ausgabe bis spätestens 17 Uhr abzugeben. Alle weißen Chips (nur Nachmelder) müssen zurückgegeben werden. Wer einen gelben Leihchip (nur Vormelder) hat und ihn behält, hat ihn gekauft. In diesem Falle buchen wir nachträglich den Kaufpreis in Höhe von 25,- Euro von eurem Konto ab.

Charity

Unser Partner ist die Bergische Greifvogelhilfe, direkt am Königsforst in Rösrath. Das Logo für Finishershirt und -Medaille zum 44. Königsforst-Marathon am 18. März ziert diesmal der Kopf eines Turmfalken. Das ist kein Zufall. Denn das TV Refrath running team unterstützt als Veranstalter eine gute Sache, eine Auffangstation für verletzte Greifvögel und Eulen. Wir spenden je gemeldeten Teilnehmer 50 Cent als Spende an Dirk Sindhu für seine ehrenamtliche Arbeit für verletzte Greifvögel. Er freut sich über jeden Euro für Futtermittel und ärztliche Versorgung der oft sehr seltenen Vögel aus ganz Europa. Auch am Lauftag kann für die Bergische Greifvogel-Station in Rösrath für die Rettung von Greifvögel gespendet werden.

Frieda ist auch am Start lässt aber laufen

Am Lauftag des 44. Königsforst-Marathon wird am Infostand auf dem Schulgelände des Albertus-Magnus-Gymnasiums in Bergisch Gladbach-Bensberg ein ausgewachsener zahmer Uhu zu bewundern sein du Frieda, der Turmfalke. Dies wird sicher ein Highlight, nicht nur für Schüler. Wer mehr wissen möchte, findet Infos und Kontaktdaten auf der Webseite: www.bergischegreifvogelhilfe.de

D

Datenerhebung und Datenverwertung

Die bei der Anmeldung vom Teilnehmer angegebenen personenbezogenen Daten werden gespeichert und nur zur Durchführung und Abwicklung der Veranstaltung verarbeitet. Der Teilnehmer erklärt sich damit einverstanden, dass die in der Meldung genannten Daten für die Zeitnahme, Platzierung und Ergebnisse erfasst und weitergegeben sowie im Zusammenhang mit der Veranstaltung gemachten Fotos, Filmaufnahmen und Interviews ohne Vergütungsanspruch veröffentlicht werden dürfen. Ferner erklärt sich der Teilnehmer mit der Weitergabe seiner personenbezogenen Daten zum Zwecke der Zusendung von Fotos des Teilnehmers auf der Strecke und beim Zieleinlauf, die von einer vom Veranstalter beauftragten Firma produziert werden, einverstanden. Eine Verpflichtung zum Kauf eines solchen Fotos besteht für den Teilnehmer nicht. Weiterhin dürfen die Daten zwecks Zusendung von Newsletter des Veranstalters gespeichert werden.

Dextro-Energy

unser Partner, wenn es um den die Läuferverpflegung geht, sei es unterwegs oder im Ziel.
www.dextro-energy.de

Duschen / Umkleide

Duschräume und Umkleide sind im Albertus-Magnus-Gymnasium (AMG) direkt am Start und Ziel ausreichend vorhanden.

E

Ergebnislisten

am Abend der Veranstaltung auf dieser Webseite unter - > Ergebnisse 2018
Auch ältere Ergebnisse und Siegerlegenden sind abrufbar.

Essen und Trinken

In der Halle gibt es ein reiches Kuchenbuffet, Waffeln, Würstchen und ausreichend warme und kalte Getränke. Bei gutem und milden Wetter kommt die Krombacher Brauerei mit einem Promotion-Stand und kostenfreiem Ausschank von Krombacher 0,0% in den Sorten Pils und Weizen.

F

Facebook : <http://www.facebook.com/TVRefrathLaufevents>

Feedback

Wir wollen den Königsforst-Marathon weiter optimieren. Für eure Anregungen als auch konstruktive Kritik sind wir dankbar – aber für Anerkennung sind wir natürlich offen ☺

Finisher Funktions-Shirt von ERIMA

Das hochwertige Marken-Shirt von unserem Partner Erima könnt ihr auch in diesem Jahr wieder mit der Online-Anmeldung zum Preis von 17,- Euro in allen Damen- und Herrengrößen bestellen. Das neue Logo mit dem Turmfalken wird direkt bei der Herstellung gedruckt. Abholung im AMG am Samstag und Sonntag. Wir drucken auch ein paar Shirts mehr für Kurzentschlossene (so lange der Vorrat reicht). Rest-Shirts aus den Vorjahren, 2016 mit dem Rotmilan und 2017 mit dem Uhu, können für 10,- Euro vor Ort erstanden werden.

Fotoservice

seit 1989 ist das Foto Team Müller als Kamerapofi beim Königsforst dabei. Und das wird sich sicher auch in 2018 nicht ändern. 2-3 Tage nach dem Lauf stehen Fotos auf www.foto-team-mueller.de für euch bereit.

Fundsachen

Werden maximal zwei Wochen aufgehoben und dann als Kleiderspende abgegeben. Bei Anfragen bitte das Kontaktformular nutzen.

G

Gels

Hinweis: werft eure mitgebrachten Gels und andere Verpackungen unterwegs bitte nicht in die Botanik, sondern entsorgt sie in einen der aufgestellten Abfallbehälter an den Verpflegungsstellen oder zu Hause. Die Natur sagt: DANKE !

Genehmigungen

sind von den Behörden erteilt worden

Getränke

Es werden isotonische Getränke (Dextro Energy) und Wasser für alle Läufer und für Marathonis in der 2. Runde Cola an den Verpflegungspunkten (VP1-4) auf der Laufstrecke (s. Streckenplan) und im Ziel gereicht.

H

Haftungserklärung

Ist der Veranstalter in Fällen höherer Gewalt berechtigt oder aufgrund behördlicher Anordnung oder aus Sicherheitsgründen verpflichtet, Änderungen in der Durchführung der Veranstaltung vorzunehmen oder diese abzusagen, besteht keine Schadensersatzpflicht des Veranstalters gegenüber dem Teilnehmer. Der Veranstalter behält sich das Recht vor, bei Unwetter/Gewitter oder anderen unvorhersehbaren Gründen den Wettkampf zu unterbrechen oder abzubrechen. Für diese Fälle gibt es auch keine Startgelderückstattung. Der Teilnehmer verzichtet mit seiner Anmeldung auf jegliche Regressansprüche. Bei Nichtteilnahme erfolgt keine Rückstattung des Startgeldes. Mit der Anmeldung erkennt der Teilnehmer die Sportordnung des Deutschen

Leichtathletik Verbandes (www.deutscher-leichtathletik-verband.de) und die Bedingungen des Veranstalters und Ausrichter gemäß der Ausschreibung an. Die Teilnahme erfolgt ausdrücklich auf eigene Verantwortung und eigenes Risiko. Der Veranstalter haftet nur im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen und übernimmt keinerlei Haftung bei Unfällen, Diebstahl oder sonstigen Schadensfällen. Der Veranstalter sowie deren gesetzliche Vertreter und Erfüllungsgehilfen haften nur bei vorsätzlichem oder grob fahrlässigem Verhalten. Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für gesundheitliche Risiken des Teilnehmers im Zusammenhang mit der Teilnahme an der Veranstaltung. Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für unentgeltlich verwahrte Gegenstände.

Hunde

Eine Teilnahme mit Hund ist nicht gestattet und kann nach dem Reglement des DLV zum Ausschluss von der Veranstaltung führen.

J

J wie Jäger

Grünröcke werden wohl keine Unterwegs sein, höchstens der Förster und einige Bestzeiten- und Holger-Jäger.

K

Königsforst

Der Königsforst ist das größte zusammenhängende Waldgebiet der rechtsrheinischen Mittelterrasse. Die höchste Erhebung ist der Tütberg mit 212 m ü. NN. Auf dem Wolfsweg ausgehend von der Wassertretstelle verläuft die große Runde auf der Grenze des Kölner Stadtgebiets. So nebenbei erklimmt ihr den höchsten Punkt von Köln: den Monte Troodelöh mit einer Höhe von 118,04 m ü. NN. Das 30 Quadratkilometer große Waldgebiet berührt das Gebiet der Städte Köln, Bergisch Gladbach und Rösath.

Krombacher

Die Krombacher Brauerei aus Kreuztal ist unser Partner für alkoholfreies Bier und Fassbrause. Bei günstiger Witterung wird Krombacher 0,0% in verschiedenen Biersorten den Teilnehmern kostenlos im Ziel angeboten. Übrigens hat Natur- Artenschutz und Nachhaltigkeit bei unserem Partner Krombacher höchste Priorität. www.krombacher.de

L

Laufstrecken

alle Laufstrecken sind verkehrsfrei, meist auf festem Waldboden, aber auch asphaltierte Teilstücke sind dabei, wie die 780 m lange Straße vom Start bis zur Waldgrenze oder der Rennweg mitten mit Königsforst. Der wellige Fuß-Radweg entlang der Straße Richtung Forsbach ist 2,3 km lang. Bitte nicht auf der Straße laufen ! Den Rest der Laufwege bestimmen breite und gute zu laufende Forstwege den Charakter des Köfo-Marathons – übrigens bereits seit 1973 !

M

Mannschaftswertung

Für 10 km, Halbmarathon und im Marathon werden jeweils drei Läuferinnen / drei Läufer automatisch in die Mannschaftswertung aufgenommen. Voraussetzung ist jedoch die 100%ig identische Schreibweise des Vereins bzw. des Firmen- / Gruppennamens. Mannschaften werden nicht geehrt. Es werden aber Ergebnisse für die Bestenlisten erstellt.

Massage

Wir bieten euch auch in diesem Jahr wieder einen Massageservice in einem Klassenraum im AMG an. TIMorsten Walter und sein PhysioAthletics-Team warten auf müde Beine ...

Medaille

Früher gab es immer wieder wechselnde Finisherauszeichnungen mit einem Motiv der heimischen Natur. Doch seit 2016 lassen wir attraktive Medaillen prägen. Im Vorjahr war es die Uhu, ein Jahr zuvor der Rotmilans der „Star“. In 2018 wird es Frieda sein, ein zahmer Turmfalke. Die neuen Köfo-Medaillen sind jetzt bereits begehrte Sammelobjekte. Die Medaillen werden im Ziel an alle HM- und Marathon-Finisher verteilt, nicht jedoch an 5 und 10 km Läufer.

Medaillengravur

Bernd Korting von my Laserdesign graviert in der Schule auf Wunsch euren Namen und eure Zielzeit auf die Rückseite der Medaille. Ihr könnt diesen Service auch mit der online-Anmeldung für nur 8,- € vorbestellen.

Meldeschluss

Die Online-Anmeldung schließt am Sonntag, 11. März um 22 Uhr. Danach ist nur eine Nachmeldung vor Ort am Samstag, 17.03. und am Sonntag 18.03. möglich.

Moderation

Neben Organisationsleiter Jochen Baumhof vom TV Refrath running team wird zusätzlich ein erfahrener Moderationspöfi moderieren: Andreas Menz aus Essen www.moderator-andreas-menz.de

Müll

Maximale Müllvermeidung ist unser Ziel - siehe Abfall und Run Green. Helft uns bitte, das TÜV-Siegel „der grüne Fußabdruck“ für eine CO2-neutrale Laufveranstaltung zu bekommen !!

N

Nettozeiten

werden mit einem Zeitmess-Transponder ab dem Zeitpunkt gemessen, wo die Startmatte überlaufen wird.

Für Ergebnislisten und Siegerehrungen sind ausschließlich Bruttozeiten relevant. Nettozeiten sind jedoch für Vereinsläufer mit Startpass wichtig, da diese für die Bestenlisten (Einzel- und Mannschaftswertung) zählen. Für alle anderen Finisher ist die Nettozeit rein informativ. So steht es in den DLV-Statuten.

Newsletter

Die bei der Online-Anmeldung eingetragene E-Mail Adressen werden nicht weiter gegeben, jedoch von uns genutzt, um euch regelmäßig zu informieren.

Nichtteilnahme

Bei Nichtteilnahme erfolgt grundsätzlich keine Rückerstattung des Startgeldes.

O

O-Beine

sind kein Hindernis beim Königsforst-Marathon mitzulaufen ...

Online-Anmeldung

Nur auf dieser Seite www.koenigsforst-marathon.de bis Sonntag 11. März – 22 h möglich

Ordner

Bitte den Anweisungen der Ordner vom TV Refrath und des ASB folgen.

Es werden immer wieder Ordner als Streckenposten auf der Laufstrecke im Wald gesucht.

Wenn du Zeit und Lust hast, kurze Mail an: jochen.baumhof@lauf-lauf.com

P

Parken / Parkräume

Ein Parkflächenplan ist erstellt und auf dieser Webseite als pdf.Datei runterzuladen.

Nutzt, wenn möglich, die sehr guten Möglichkeiten des ÖPNV. Die Stadtbahnlinie 1 der KVB ist nur wenige hundert Meter vom Start entfernt, ebenso der Busbahnhof in Bensberg.

Preise

Für die ersten drei bzw. sechs Plätze in der Gesamtwertung (Einlauf Männer / Frauen) sowie für die AK-Sieger der Altersklassen im Halbmarathon und Marathon stehen hochwertige Sachpreise zur Verfügung.

Preise werden nur persönlich überreicht und nicht nachgeschickt.

Preisgeld

Es stehen weder Antrittsgelder noch Preisgelder zur Verfügung.

Presse

Das bergische Handelsblatt www.bergisches-handelsblatt.de und folgende Laufportale sind unsere Medienpartner: www.laufen-in-koeln.de und www.laufmonster.de und www.laufen-im-rheinland.de www.marathon4u.de und www.laufreport.de

R

Radfahrer

Begleit- und nicht offizielle Führungs-Radfahrer sind nach den Regeln des DLV untersagt. Der DLV-Kampfrichter kann nach Verwarnung den Läufer von der Wertung ausschließen. Führungs- und Schlusslicht-Radfahrer von der Staubwolke Refrath begleiten Führungsläufer-innen und fahren auch als Schlussfahrer am Ende des Feldes. Webseite: www.staubwolke-refrath.de

S

Schlussfahrer

Führungs- und Schlusslicht-Radfahrer von der Staubwolke Refrath fahren am Ende des Feldes

Siegerehrungen

Siegerehrungen werden zeitnah nach den jeweiligen Läufen in großen Aula auf der Bühne vorgenommen.

Zeitplan Siegerehrungen:

11:30 h 1 km Schülerläufe – Platz 1 - Jahrgangswertung
11:40 h 10 km - top 6 im Zieleinlauf - Männer und Frauen
12:00 h 5 km - top 3 im Zieleinlauf - Männer und Frauen
13:00 h 21 km - top 6 im Zieleinlauf - M / F und AK-Sieger/innen *
ab 15.00 h 42 km - top 6 im Zieleinlauf - M / F und AK-Sieger/innen *

für die AK-Sieger wird eine separate Abholstelle für AK-Pokale und Sachpreise in der Aula eingerichtet.

Sollzeiten

Die Sollzeit für Marathonläufer beträgt 5:45 Stunden. Finaler Zielschuss ist jedoch definitiv um 17.00 Uhr ! Dies ist eine Auflage der Behörde !

5 km	0:45 std
10 km	1:15 std
21,1 km	3:00 std
42,2 km	5:45 std

Sperrungen

Im Gebiet um das Albertus-Gymnasium werden in Absprache mit dem Ordnungsamt der Stadt Bergisch Gladbach Straßen ganz oder zeitweise gesperrt. Wir bitten den Anweisungen der Ordner zu folgen. Bei Behinderungen durch Falschparken ist mit Strafzetteln seitens der Ordnungsbehörde zu rechnen.

Sponsoren

Wir bitten um besondere Beachtung unserer Sponsoren und Partner.

Startgebühren

sind gestaffelt mit günstigen Frühbucherpreisen:

Strecke	Startgeld		
	bis 30.11.	bis 31.01.	bis 11.03.
1 km	6,-	6,-	6,-
5 km	10,-	11,-	12,-
10 km	12,-	13,-	14,-
21,1 km	24,-	26,-	28,- mit Finisher-Medaille
42,2 km	32,-	34,-	36,- mit Finisher-Medaille

Startnummer

Die Startnummer darf nicht geknickt und muss auf der Brust befestigt werden.

Startpass

Für eine Teilnahme ist ein DLV-Startpass nicht erforderlich, außer für die Wertung der Kreismeisterschaften im Marathonlauf. Wer als Mitglied in einem Verein seines Verbandes einen gültigen Startpass besitzt, kann in die offiziellen Bestenlisten auf Kreis-, Landes- und DLV-Ebene aufgenommen werden.

Startunterlagen

Das Meldebüro mit Ausgabe der Startunterlagen ist am

Sa. 17.03 von 12.00 – 18.00 Uhr und So 18.03. ab 8.30 Uhr

im Albertus-Magnus-Gymnasium, Kaule 3-15, 51429 Bergisch Gladbach-Bensberg

Startzeiten – siehe Zeitplan

Streckenmarkierung

Die Strecke ist durchgängig mit Sägemehl gekennzeichnet. An Kreuzungen und exponierten Stellen sind Baken aufgestellt. Führungsradsfahrer, Streckenposten und die Helfer vom ASB leiten euch den Weg.

T

Taschenabgabe

In der Schule werden zwei Klassenräume für Taschen und Beutel als Ablage zur Verfügung stehen. Achtet bitte darauf, dass keine Wertsachen dabei sind. **Holt eure Taschen bitte bis spätestens 17 Uhr ab.** Nicht abgeholte Sachen spenden wir an caritative Vereine. Wir übernehmen keine Haftung.

Toiletten

Zusätzlich zu den Toiletten in der Schule werden Toiletten in der Nähe von Start und Ziel stehen.

TV Refrath

Das TV Refrath running team mit rund 80 aktiven Läufern hat die Ausrichtung und Organisation des Königsforst-Marathons ab 2014 vom bisherigen Ausrichter Königsforst-Marathon e.V. nach 35jähriger Leitung von Manfred Blasberg übernommen. Verantwortlich für die Orga ist der Abteilungsleiter und Lauftrainer Jochen Baumhof. Alle Infos zum TVR auf den Webseite: **www.tvr-runnig.de und www.tv-refrath.de**

U

Übernachtungsmöglichkeiten

www.bergischgladbach.de und **www.dasbergische.de**

Ummeldungen

Eine Ummeldung der Laufstrecke ist im Meldebüro am Samstag (12.00-18.00 Uhr) und am Sonntag ab 8.30 Uhr vor Ort an der Anmeldung möglich. Eine Übertragung des Startrechtes auf eine andere Person ist gegen eine **Bearbeitungspauschale in Höhe von 5,- Euro** möglich. Eine Erstattung des evtl. zuviel gezahlten Startgeldes kann leider nicht erfolgen. Ein eventueller Differenzbetrag zu einem höheren Startgeld ist ebenfalls bar zu entrichten.

Urkunden

Eure Urkunde könnt ihr euch über die Ergebnisliste online auf **www.koenigsforst-marathon.de** ausdrucken.

V

Veranstaltungsbroschüre

Auch in diesem Jahr wird eine informative Broschüre erstellt. Diese könnt ihr auch unter Ausschreibung auf der Webseite herunterladen ... wenn sie einige Wochen vor dem Köfo-M fertig gestellt ist.

Verpflegung

Unterwegs könnt euch an vier Dextro-Points (Dextro-Energy, Wasser) im Wald und an der Dextro Energy Station im Ziel verpflegen. Für Finisher der halben und vollen Marathondistanz bieten wir zusätzlich Energieriegel (für Marathonis auch unterwegs). Marathonläufer/innen bieten wir in der zweiten Runde zusätzlich Cola an. Im Ziel gibt es Trockenobst und Nüsse. Für Halb- und Ganz-Marathon-Finisher wird der ASB eine warme Brühe kochen!

Verpflichtung des Teilnehmers

Mit meiner Anmeldung erkläre ich mein Einverständnis mit den Organisationsrichtlinien und die Bereitschaft, den Anweisungen der Helfer Folge zu leisten. Mein Trainings- und Gesundheitszustand entspricht den Anforderungen des Wettkampfes. Ich versichere, dass ich keinerlei Rechtsansprüche und Forderungen an den Veranstalter oder Ausrichter, sowie dessen Helfer oder Beauftragte, alle betroffenen Gemeinden und sonstigen Personen oder Körperschaften stellen werde, soweit nicht Haftpflichtversicherungsansprüche bestehen. Das Startgeld wird nicht eingezogen, wenn meine Meldung nicht angenommen werden konnte. Hiermit erkenne ich die Wettkampfbestimmungen der Ausschreibung und den Haftungsausschluss an.

W

Webseite

Aktuelle Informationen findet ihr unter: www.koenigsforst-marathon.de

Wettkampfbüro - siehe Startunterlagen

X

x - Beine

Y

Yes I did it ... (O-Ton von Köfö-Marathon-Läufer im Ziel)

Z

Zeitplan

Startzeiten	Lauf	Jahrgänge
09:30 h	10 km	2004 und älter
09:40 h	1 km Schüler	2003 und jünger
09:50 h	1 km Schülerinnen	2003 und jünger
11:00 h	21,1 km Halbmarathon	2002 und älter
11:00 h	42,2 km Königsforst-Marathon	2000 und älter
11:15 h	5 km	2006 und älter

Hinweis: die A-Z Liste wird immer wieder ergänzt und ggfls. korrigiert

**bitte nur das Orga-Team anmailen, wenn die Antworten zu euren Fragen bitte aus dieser sicherlich nicht allumfassenden Liste hervorgehen. Evtl. Fehler oder Ergänzungen dürft ihr gerne per Mail melden: info@koenigsforst-marathon.de
Besten Dank im Voraus !**

RUN GREEN – RUN HAPPY