

Königsforst- Marathon 2020 18.+25.10.+8.11.



RUN GREEN – RUN HAPPY DAYS

Kurzfristige Änderung aufgrund steigender Risikogebiete

Wir waren glücklich, genau wie ihr, dass unser Schutzkonzept von allen Behörden genehmigt wurde. Doch leider hat uns auch die zweite Infektionswelle erwischt, auch wenn uns der C-Virus glücklicherweise nicht persönlich, sondern indirekt betroffen hat. Durch die steigenden Infektionszahlen gibt es immer mehr Risikogebiete in Deutschland. Aus denen dürfen wir laut behördlichen Vorgaben, und dazu zählt z.B. auch Köln, keine Läufer starten lassen. Dazu kommt die Prognose des Gesundheitsamtes, dass auch Bergisch Gladbach die Inzidenzzahl von 50 in dieser Woche überschritten werden könnte. Doch wir wollen trotz der Restriktionen alles dafür tun, dass ihr doch noch auf der O-Strecke laufen könnt und ihr euch eure Finisher-Medaille 2020 verdient.

Daher haben wir uns innerhalb weniger Stunden aus der Not einen neuen Modus ausgedacht: ihr sucht euch einen Slot an einem der drei angebotenen Sonntage aus und lauft wie geplant euren halben oder vollen Marathon, nur im abgespeckten Rahmen. Den Anfang machen die maximal 175 Marathonis mit ihren Starts zwischen 9 und 10 Uhr am 18.10. Alle 10 Minuten werden bis zu 25 Läufer*innen auf die große Waldschleife geschickt. Die HM-Teilnehmer haben sogar noch am 25.10. und 8.11. eine Startmöglichkeit. Bringt eure Streckenverpflegung bitte selbst mit. Eine Zielverpflegung wollen wir euch so gut es möglich ist, bieten. **Dringende Bitte: haltet euch vor und nach dem Lauf an die AHA-Regeln und startet nur, wenn ihr ohne jegliche Krankheitssymptome seid. Die Gesundheit aller hat oberste Priorität !** Fragebogen oder Erklärung müsst ihr nicht ausfüllen.

► Alternativer Königsforst-Marathon: **RUN GREEN RUN VIRTUAL**

Für alle, die an diesen Tagen nicht anreisen wollen oder können, bieten wir parallel die virtuelle Variante des Königsforst-Marathon ab dem 10.10. an. Wir werden den Zeitraum bis zum 8.11. verlängern. Ihr habt sogar die Wahl zwischen drei Distanzen: 10 km – 21,1 km – 42,2 km mit Finisher-Medaille.

► NEU: Multifunktions-Schlauchtuch

Ihr könnt zusätzlich auch das neue attraktive Köfo-M Multifunktions Tuch (perfekt als Mund-Nase-Schutz) aus recyceltem PET bestellen. Auf der Vorderseite schaut unsere Uhu-Dame Momo alle an. Leider kann sie euch in diesem Jahr nicht persönlich begrüßen. Im Preis von 10,- € ist der Versand, wegen der Lieferzeit leider erst ab der 43. KW, bereits enthalten.

Teilnehmer-Funktionsshirt 2020 noch vorrätig

Es sind aktuell noch 50 Köfo-M-Shirts in allen Damen- und Herrengrößen (außer XXL) von 2020 zu haben. Mit einer Mail an jochen.baumhof@lauf-lauf.com könnt ihr dieses Schmuckstück, ebenfalls aus recyceltem PET, für 18,- Euro inkl. Versandkosten ab sofort bestellen und beim RUN VIRTUAL anziehen. Den hochwertigen Sublimationsdruck ziert in diesem Jahr die Eule Momo. Auch ältere Finishershirts könnt ihr noch für 15,- Euro inkl. Porto (Größe bitte anfragen) bestellen. Die Shirts werden euch umgehend zugesandt. Mit laufenden Grüßen –

RUN GREEN – RUN HAPPY – euer TV Refrath running team

Änderung des geplanten Königsforst-Marathons - die Ausschreibung

RUN GREEN – RUN HAPPY DAYS

Termine Sonntag, 18.10. | Sonntag 25.10. | Sonntag 08.11.

Lauf-Startfenster 9 – 12 Uhr 10 – 12 Uhr 10 – 12 Uhr
 9 – 10 h Marathon
 10 – 12 h HM ► nur Halbmarathon ◀

Slots es dürfen max. 25 Läufer alle 10 min auf die nicht abgesperrte Strecke.
 ► **Es sind die Regeln des Straßenverkehrs unbedingt einzuhalten.**
Ist ein Slot ausgebucht, muss ein freies Zeitfenster ausgewählt werden.

Sollzeiten Marathon: 5:00 Std Halbmarathon: 3:00 Std

Startgeld Marathon: 20,- Euro Halbmarathon: 15,- Euro

Laufstrecke Gelaufen wird auf der Original-Halbmarathon Strecke durch den Königsforst. Die Marathonläufer am 18.10. laufen die Strecke zwei Mal.

Zeitmessung cologne timing – Live-Ergebnisse / Start-Nrn. mit Einwegtransponder

Anmeldung <https://koenigsforst-marathon.de/anmeldung-rgrhd/>

Startnummer Die Ausgabe wird vor oder neben dem Albertus-Magnus-Gymnasium (AMG) sein. Meldungen sind nur online bis kurz vor Start an allen HAPPY DAYS möglich, falls nicht alle Slots ausgebucht sind

Medaille Im Ziel nehmt ihr euch eure verdiente Finisher-Medaille einfach vom Tisch.

Verpflegung Bringt bitte eure eigene Streckenverpflegung mit. Es wird keine V-Punkte geben. Im Ziel bauen wir alle eine kleine Verpflegungstheke auf.

Ergebnisse Es gibt ein Tagesranking für alle drei RUN HAPPY DAYS und ein finales Ranking.

Urkunde Die Urkunde könnt ihr euch am Lauftag ab 16 Uhr herunterladen und ausdrucken.

Altersklassen In der Ergebnisliste wird es wie gewohnt eine AK-Wertung geben.

Siegerehrung Eine Ehrung kann an den Lauftagen leider nicht erfolgen. Wir benachrichtigen alle Sieger*innen und Platzierten, top 6 in der Gesamtwertung. Pokale und Sachpreise senden wir per Post zu.

Teilnehmer Shirt 2020 Edition aus recyceltem PET-Flaschen gefertigte Funktions-Shirt (Damen + Herrengrößen) kostet 18,- Euro inklusive Versand – solange der Vorrat reicht. Ältere Köfo-M Shirts sind ebenfalls noch für 15,- € inkl. Porto verfügbar. Bestellung und Anfrage bitte per Mail an jochen.baumhof@lauf-lauf.com

MFT-Schlauchtuch Das Multifunktionsstuch kann für 10,- Euro bei der online- Anmeldung mitbestellt werden und wird bei Abholung der Start-Nr. ausgegeben.

Wir drücken euch die Daumen und hoffen, dass wir aus der Not heraus allen Lauffreunden kurzfristig doch noch eine Möglichkeit bieten, an einem der drei Tage EUREN Königsforst-Marathon zu laufen. Wir hoffen, ihr seid dabei bei den

RUN GREEN – RUN HAPPY DAYS

Viel Spaß und Erfolg – euer

TVREFRATH
running team