

Königsforst- Marathon 2020 10.10. - 13.12.



RUN GREEN – RUN VIRTUAL

Wir „exportieren“ in diesem Jahr den Köfo-M zusätzlich ins ganze Land und bieten zusätzlich den Laufklassiker im Rheinland als RUN GREEN - RUN VIRTUAL an. Lauft eure Distanz über 10 km, 21,1 km oder gar den kompletten Marathon über 42,2 km in der Heimat, im Urlaub, auf der Geschäftsreise alleine oder mit Freunden. Am liebsten natürlich RUN GREEN RUN HAPPY in der Natur. Für die virtuelle Variante habt ihr bis zum 13. Dezember Zeit. Ihr könnt euch bis zum letzten Tag online registrieren.

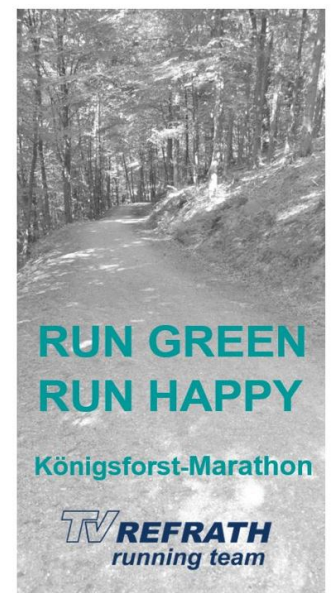
Eure Leistung ermittelt ihr mit eure GPS-Uhr oder eurer Laufapp. Auch eine normale Stoppuhr reicht, wenn ihr z.B. auf einem vermessenen Kurs lauft. Eure Laufdistanz und -zeit tragt ihr über einen persönlichen Zugang, den ihr mit eurer Meldebestätigung bekommt, ein und ladet eure GPS- oder App-Daten hoch. Alternativ ist auch ein manueller Eintrag ohne Datentransfer möglich. Auch per Mail an support@cologne-timing können Laufdaten übermittelt werden.

► Sammlerstück: die Finisher-Medaille

Für 12,- Euro Startgeld gibt es für alle Sammler und Jäger die hochwertige Königsforst-Marathon Medaille, in diesem Jahr mit Aris dem Wüstenbussard, per Post zugesandt. Zusätzlich dürft ihr euch über eine pdf-Start-Nr., eine schicke Urkunde und eine separate Ergebnisliste freuen. Von eurem Startgeld spenden wir 1,- Euro pro Meldung an die Bergische Greifvogelhilfe.

► 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 bereits enthalten.



Ausschreibung **RUN GREEN – RUN VIRTUAL 2020**

Termin	Samstag, 10.10. bis Sonntag 13.12.
Lauf-Zeitfenster	Laufdaten können bis zum 13.12. eingegeben und hochgeladen werden
Laufzeiten	24 Stunden am Tag ... jeder nach seinem individuellen Biorhythmus ...
Laufstrecken	wann und wo ihr wollt: 10 km, 21,1 km und / oder 42,2 km. Hinweis: Achtet auf ein Gelände mit gutem GPS-/ Handy-Empfang.
Zeitmessung	mit GPS- oder Stoppuhr oder ihr messt eure Laufzeit per Handy-Lauf-App.
Online-Anmeldung	https://koenigsforst-marathon.de/anmeldung-virtual/
Laufdaten	Die Laufzeit pro Distanz gibt jeder Teilnehmer manuell selbst ein. Ihr bekommt einen persönlichen Eingabe-Code mit der Bestätigungsmail. Die Leistung wird z.B. als gpx. Datei hochgeladen oder per Mail gesandt an support@cologne-timing.de.
Startnummer	Wir mailen euch eine schicke, personalisierte Start-Nr. als pdf.Datei zu, die ihr ausdrucken könnt, aber bei eurem Lauf nicht unbedingt tragen müsst.
Teilnehmergebühr	12,- Euro pro Meldung, inklusive einer hochwertigen Finisher-Medaille mit Versand, personalisierte Startnummer sowie eine digitale Urkunde. Wir spenden zudem pro Teilnehmer 1,- Euro an die Bergische Greifvogelhilfe von Dirk Sindhu.
Ergebnisse	Es gibt ein finales Ranking für alle drei Distanzen: 10 km – 21,1 km – 42,2 km
Urkunde	über die Ergebnisliste ausdrucken / mit Platzierung erst ab 14.12. verfügbar
Altersklassen	Es gibt eine Extra-Wertung mit dem Alters-Leistungsrechner (Age Graded Calculator). Eure Leistung wird mit einem Altersfaktor nach Jahrgang umgerechnet. Es wird spannend sein, welche AK's dann die Nase vorn haben !
Teilnehmer Shirt	es ist noch ein kleiner Bestand 2020er Funktionsshirts vorrätig. Auch hochwertige Shirts aus den Jahren 2017-2019 sind noch vorrätig. Der Preis beträgt 18,- Euro bzw. 15,- Euro inklusive Versand - solange der Vorrat reicht. 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 euch mit der Medaille per Post zugesandt.
Anmeldung	online über die Meldemaske unseres Zeitnehmers cologne timing, Köln.
Siegerehrung	Eine Ehrung ist natürlich nicht wie gewohnt vor Ort möglich. Wir werden den Top 3 m/w der finalen Ergebnisliste aller drei Distanzen einen wertvollen Sachpreis per Post zusenden. Lasst euch überraschen.

Wir drücken euch die Daumen und hoffen, dass ihr bei eurem Sololauf oder im Laufteam beim ersten **RUN GREEN - RUN VIRTUAL** viel Spaß und Erfolg habt.

Euer  **TV REFRATH**
running team