

Anmeldung
Fax: 09254-91131 oder -91222

Name Vorname
Geburtsdatum E-Mail-Adresse
Verein, Gruppe, Firma oder Schule (für Gruppenverlosung/Wanderpokal erf.)
Straße Hs.-Nr.
Plz Ort

Bitte Laufstrecke ankreuzen

Trail Running: 21 km / 14.-€ 12 km / 14.-€ weiblich
Nordic Walking: 42 km / 14.-€ 21 km / 14.-€ 15 km / 14.-€ männlich
 12 km / 14.-€ 8 km / 14.-€ 5 km oder AMPU-NOWA 8.-€ Kids / 1.-€

Anmeldung an:

Reinhold Zeitler, Breslauer Str. 5, 95482 Gefrees

Fax: 09254-91 131, Tel: 09254-1306

Sebastian Loos, Kornbach 12, 95482 Gefrees

Fax: 09254-91 222, Tel: 09254 - 8423

Online: Einzel- oder Sammelanmeldungen, www.sc-gefrees.de

E-Mail: meldung@sc-gefrees.de

Bankverbindung: Ski-Club Gefrees, Konto-Nr.: 24880;

Raiffeisenbank Gefrees; BLZ: 773 637 49

IBAN: DE78773637490000024880

Die Melde- / Teilnehmerliste wird im Internet veröffentlicht!

Haftung / Versicherung / Einverständnis

Die Teilnahme erfolgt auf eigenes Risiko. Mit Ihrer Anmeldung zur Teilnahme am 19.09.2015 erklären Sie sich einverstanden, auf alle Rechtsansprüche gegen den Veranstalter/Ausrichter sowie dessen Helfer oder Beauftragte und Partner (Sponsoren) zu verzichten. Dies gilt auch für Unfälle und ggf. abhanden gekommene/beschädigte Gegenstände und Bekleidung. Wir empfehlen hier ausdrücklich eine Absicherung durch eine private Unfall- und Haftpflichtversicherung. Durch die Teilnahme an der Veranstaltung erklären Sie sich automatisch mit dem Haftungsausschluss einverstanden. Des Weiteren besteht Einverständnis zur maschinellen Speicherung der Meldedaten und deren Verwertung durch Sponsoren, dass Sie interviewt, gefilmt, fotografiert, die Aufnahmen für die Verwendung/Ausstrahlung in Funk, Fernsehen, Internet und zur Herstellung, sowie den Vertrieb von Videokassetten, DVD's und Printmedien ohne Vergütungsanspruch verwendet / veröffentlicht werden dürfen.

Datum, Unterschrift



Gefrees im Fichtelgebirge 19.09 2015

Freitag 18. September 2015

17:00 - 19:00 Uhr Startnummernausgabe (bei Start und Ziel)

Samstag 19. September 2015 ab:

07:00 Uhr Startnummernausgabe (bei Start und Ziel)
07:45 Uhr Begrüßung, Aufwärmprogramm
08:00 Uhr Massenstart der Strecke 42 km
09:15 Uhr Begrüßung, Aufwärmprogramm
09:30 Uhr Massenstart Trail Running
09:40 Uhr Massenstart der Strecke 21 km
10:00 Uhr Begrüßung, Aufwärmprogramm
10:15 Uhr Nordic-Walking-Parcours für Kids
10:20 Uhr Massenstart der Strecken 5, 8, 12, 15 km

ca. 14:00 Uhr Siegerehrung Trail Running
Verlosung Sachpreise „5er“ bis „12er“
ca. 15:00 Uhr Verlosung Sachpreise „15er“ bis „42er“
Verlosung Sonderpreise für Gruppen,
jüngster und ältester Teilnehmer
16:00 Uhr Zielschluss

Rahmenprogramm

Festbetrieb
Präsentationen der Veranstaltungssponsoren:
Maisel, Leki, Salomon, E.ON-Bayern, DAK, Fischer, Craft,
Powerslide Nordic-Inline-Vorführung und Testmöglichkeit

Übernachtung

Landgasthof Pension Goldener Löwe Tel: ++49(0) 9276 – 294
Bischofsgrün/Wülfersreuth
Landgasthof - Grüner Wald Tel. ++49(0) 9257 / 470
Zell/Walpenreuth www.landgasthof-gruenerwald.de
Gasthof - Kornbachtal Tel. ++49(0) 9254 / 8423
Gefrees/Kornbach www.kornbachtal.de

Touristinformation

Gefrees: verkehrsamt@gefrees.de; www.gefrees.de
Bischofsgrün: www.bischofsgruen.de touristinfo@bischofsgruen.de
Tourist Information Fichtelgebirge: www.ti-fichtelgebirge.de
info@ti-fichtelgebirge.de; Tel: 09272-96 90 30

Nordic Walking Serie 2015

European
NORDIC
WALKING
Challenge

Bei der ENW-Challenge werden die fleißigsten Nordic Walker Europas gesucht. Dabei wird der Ursprungsgedanke des Nordic Walkings als Gesundheits- und Fitnesssport wieder in den Mittelpunkt gestellt. Auf eine Zeitznahme wird bewusst verzichtet, um den Leistungsgedanken gar nicht erst aufkommen zu lassen.

Das Punktesystem ist so einfach wie gerecht: Die meisten Punkte sammelt derjenige, der alle Veranstaltungen besucht und auch die meisten Kilometer läuft, also der eifrigste Nordic Walker. Sollte ein Teilnehmer bei einer Veranstaltung nicht die gemeldete Strecke sondern eine kürzere laufen, muss er dies selbständig an den Veranstalter weitergeben. Ihm werden dann die Punkte der nächstliegenden **kürzeren** Strecke gutgeschrieben. Geschieht dies nicht, wird der Teilnehmer wegen unsportlichem Verhalten **für diesen Event** aus der Wertung genommen.

Jeder Teilnehmer, der an einem Nordic Walking Event der Challenge teilnimmt, wird auch in die Gesamtwertung aufgenommen. Zusätzliche Startgebühren für die Teilnahme an der Serie fallen nicht an. Der Abschluss der Challenge findet beim letzten Lauf des Jahres statt.

In die Wertung kommen alle Starter der Strecken 5, 8, 12, 15, 21 und 42 km. Die Punktwertung wird nach der Veranstaltung durch die Challenge-Partner im Internet bereitgestellt www.sc-gefrees.de

Die Events der European Nordic Walking Challenge sind:

- 26.04.15 Nordic Walking Event in Neustadt bei Coburg (SV Höhn e.V.)
www.svhoehn.de
- 16.05.15 Nordic Walking Event Tettau in Tettau, Frankenwald
www.tsvttau.de
- 04.07.15 Nordic Walking Event in Weidenberg, Lkr.Bayreuth
www.awo-weidenberg.de
- 29.08.15 Karlsschritt in Bozi Dar (CZ), Erzgebirge
www.klubkrusnychhor.cz
- 06.09.15 Weidatal-Marathon in Zeulenroda/Thüringen
www.weidatal-marathon.de
- 19.09.15 Fichtelgebirgs Nordic-Walking-Marathon in Gefrees, Fichtelgeb.
www.sc-gefrees.de
- 27.09.15 NW-Event in Hartmannsdorf – Westsachsen
www.hartmannsdorf.org
- 10.10.15 Raumedic Walkathon in Münchenberg
www.walkathon.de
Challenge Abschlussveranstaltung



19. Sept. 2015
12. Fichtelgebirgs
Nordic Walking Marathon
42 - 21 - 15 - 12 - 8 - 5 km



**Start und Ziel
in Gefrees an
der Stadthalle**

Dr. med. Petra Reis-Berkowicz
Dr. med. Jan Berkowicz
Allgemeinärzte-Sportmedizin-Leistungsdiagnostik
Gefrees | Fon: 09254/7117 | www.berkowicz.de



Einladung / Ausschreibung

Ski-Club des Turnverein v. 1862 Gefrees e.V

Streckenplan

Trail Running

Liebe Nordic Walking Freunde,
in diesem Jahr startet der Fichtelgebirgs Nordic Walking Marathon zum **12. Mal**.

Mit im Programm die Trendsportart „**Trail Running**“ (s. Trail Running). Hier wird echt um Platzierungen gekämpft und auf Zeit gelaufen.
Reglement beachten! Weitere Info unter <http://www.sc-gefrees.de>

Seien Sie dabei, wenn es am **Samstag, den 19. Sept. 2015** heißt: Start frei zum **12. Fichtelgebirgs Nordic Walking Marathon**. Erleben Sie einen Tag in der Natur und Spaß an der Bewegung. Wir freuen uns, wenn wir Sie/Euch zu diesem Top-Event in der Nordic Walking Szene im **Fichtelgebirgsstädtchen Gefrees** begrüßen dürfen. Info unter: <http://www.sc-gefrees.de>
Zögern Sie nicht und melden Sie sich frühzeitig an.

Streckenangebot / Meldegebühr

42 km Marathonstrecke (2x21 km)	14.- €
21 km Halbmarathon (1x21 km) --auch Trail Running--	14.- €
15 km „15er“ Strecke (1x15 km)	14.- €
12 km „12er“ Strecke (1x12 km) --auch Trail Running--	14.- €
8 km „8er“ Strecke (1x8 km)	14.- €
5 km „5er“ Strecke (1x5 km)	8.- €
ist auch Sonderstrecke AMPU-NOWA® nach speziell abgestimmten Nordic Walking Trainingsprogramm	
Kids Nordic Walking Parcours	1.- €

Nachlass für Gruppenanmeldungen:
15 Starter: 1 Pers. frei; 20 Starter: 2 Pers. frei; 25 Starter: 3 Pers. frei.
Mit Sammelmeldeformular, download unter www.sc-gefrees.de

Nordic Walking Parcours für Kids „Über Stock und Stein“
Nordic Walking mit Kids – ein Gruppenlauf mit eindrucksvollen Informationen und Erlebnissen in Wald und Natur. Die Gruppe wird von Übungsleitern geführt und beaufsichtigt.

Meldeschluss beachten!
Freitag 12.09.2015 (Posteingang)
Für Meldungen nach dem Meldeschluss wird eine Nachmeldegebühr von 2.00 € berechnet. An Nachmelder kann kein Teilnehmergeschenk ausgegeben werden. Nachmeldungen sind auch am Veranstaltungstag bis eine Stunde vor dem Start möglich.

Überweisung der Meldegebühr an:
Bankverbindung: Ski-Club Gefrees; Konto-NR.:24880
Raiffeisenbank Gefrees; BLZ: 773 637 49
IBAN:DE78773637490000024880
Verwendungszweck: NWM-2015



Service und Leistungen

- Alle:
Teilnehmergeschenk ab 8 km Strecke: Badetuch (Meldeschluss beachten)
Finisher-Geschenk für alle, die 42 km bewältigen
Urkunde mit persönlicher Laufzeit, Online verfügbar
Teilnahme an der Sachpreisverlosung
Leihstöcke von **LEKI** in begrenzter Anzahl
Spezielle Kinder-Leihstöcke (Variostöcke)
Umkleide im Start- und Zielbereich (Stadthalle)
Aufbewahrung der Wechselkleidung („Kleidersäcke“)
Streckenverpflegung (Wasser, Isogetränk, Riegel, Obst)
Zielverpflegung (Isogetränk, Wasser, Obst)
Umkleide / Duschen (Stadthalle Gefrees)

→ 21 km Strecke
 → 15 km Strecke
 → 12 km Strecke
 → 8 km Strecke
 → 5 km Strecke
 42 km (2x21 km)
 Trail Running (21 km oder 12 km)
 Kids Parcours (Gruppenlauf)
 5 km Strecke (AMPU-NOWA® Sonderstrecke)

- Nordic Walking:**
Sonderverlosung für Gruppen ab 10 Teilnehmern
Ehrenpreise für die drei teilnehmerstärksten Gruppen
Wanderpokal für die teilnehmerstärkste Gruppe
Ehrenpreise für die/den älteste/n und jüngste/n Teilnehmer/in
- Trail Running:**
Pokale für die drei Erstplatzierten
Änderungen bleiben dem Veranstalter vorbehalten.



www.sc-gefrees.de / Tel.: 09254-1306 / Fax: 09254-91131

Wann genau wird man zum Trail Runner und wie extrem ist Trail Running wirklich?

Was ist „Trail Running“ eigentlich? Trail bedeutet wörtlich übersetzt so viel wie Spur, Steig oder Pfad. Und Pfade findet man überall. Egal ob Wald-, Wiesen-, Forst- oder Schotterwege, in der Natur kann man sehr vielfältig unterwegs sein. Prinzipiell gilt alles als Trail, was kein befestigter oder gekennzeichnete Fußweg ist. Entgegen der in der Öffentlichkeit vorherrschenden Meinung, dass Trail Running etwas Extremes ist, zählt somit auch so mancher Lauf querfeldein zur Trendsportart.

Trail Running wird als Wettkampf gestartet und ausgewertet. Die drei Erstplatzierten (männlich, weiblich) werden mit Pokalen und Urkunden geehrt. Die Trendsportart wird auf der 21km und der 12km Nordic Walking Strecke ausgetragen.

Reglement beachten! Weitere Info unter <http://www.sc-gefrees.de>

Spendenaktion Amputiert? Na und!



Seit Jahren betreibt Asha Noppeney trotz Beinamputation aktiv den Nordic-Walking-Sport und nimmt alljährlich am **Fichtelgebirgs Nordic Walking Marathon** teil. Asha Noppeney läuft dieses Jahr zum letzten Mal die anspruchsvolle Marathonstrecke von 42 km.

Wie in den zurückliegenden Jahren verbindet sie dies erneut mit einer Spendenaktion **zugunsten der Aktion Sternstunden des Bayerischen Rundfunks**.

Spenden Sie für einen guten Zweck. Der komplette Betrag geht eins zu eins an Sternstunden e.V. München.

- Spenden an: **„Sternstunden e.V. München“**
 Spendenkonto: **4051000**
 Bankleitzahl: **700 500 00**
 Bank: **Bayerische Landesbank München**
 Verwendungszweck: **Marathon mit einem Bein 2015**

