



Ausschreibung

8. Möhrendorfer Karpfenweiherlauf

21./22. September 2024

(Stand: 28.02.2024)

(Verantwortlich: Uwe Prüfer)



Der Dorfmetzger
Jürgen Reck



8. Möhrendorfer Karpfenweiherlauf

SEHR WICHTIG

Wir veranstalten keinen Straßenlauf, sondern einen der ganz wenigen LANDSCHAFTSLÄUFE, die es in FRANKEN gibt.

Wir sind durch Auflagen

- der Bayerischen Staatsforsten (Forstamt)
- dem Forstamt Erlangen
- der Gemeinde Möhrendorf
- der Besitzer und Pächter der Karpfenweiher
- der Landwirte

verpflichtet - während des Laufes die Natur zu schützen, ansonsten erhalten wir für künftige Veranstaltungen keine Genehmigung mehr.

Nachdem wir aber auch künftig LANDSCHAFTSLÄUFE mit wechselnden Strecken anbieten möchten, werden wir uns dies durch unvernünftiges Verhalten von Teilnehmern **nicht** verbauen lassen.

Bei Missachtung der Auflagen und Regeln erfolgt Disqualifikation.

Gerade unser Waldgebiet vom Dechsendorfer Weiher bis Röttenbach, von Klebheim bis zu unseren einmaligen Wasserrädern bietet so viel Abwechslung für Läufer - und Erholungssuchende. Wir wollen diese Natur schätzen und schützen!

Ganz wichtig

- FAIRNESS gegenüber Helfern, Athleten und Zuschauern
- keine Abfallentsorgung außerhalb der gekennzeichneten Stellen
- "Pinkeln" zwischen ASV-Heim und Start/Zielbereich vermeiden!
Hierfür stehen zwei Dixi-WC am Start und vielleicht auch wieder die Toiletten im ASV-Heim zur Verfügung.

DANKE & INFO´s

Wir haben uns wieder sehr über die vielen positiven Rückmeldungen gefreut. Auch in diesem Jahr wird es wieder eine Mannschaftswertung für die Schüler und Jugendläufe geben, Details auf Seite 6. Ebenso gibt es wieder eine Wertung zum „HERO of Möhrendorf“, Details auf Seite 7.

Wir werden dieses Jahr für die Sonntagsläufe neue Streckenverläufe anbieten. Die Strecke wird gedreht – somit andere „Blickwinkel“ auf die Landschaft – dadurch wird der „**Berg**“ **heruntergelaufen**. Zudem werden ca. 5 km neue Strecke eingebaut. Der Imbus-Lauf geht über 2 Runden a 10,5km, Details siehe Seite 3 und 12.



8. Möhrendorfer Karpfenweiherlauf

TERMIN - VERBESSERUNGEN - VORTEILE

1.) Termin

Samstag, 21.09.2024 (Schüler- und Jugendläufe)

Sonntag, 22.09.2024 (Erwachsenenläufe, Nordic Walking)

2.) Details zum Wettbewerb, Anmeldung und Anmeldeschluss gibt es ab Seite 5.

3.) Verbesserungen/Änderungen

- Streckenverlauf – eine Runde (10,5 km Länge) die auf der HM-Strecke 2x gelaufen wird.
- Für den TGA-Lauf und die Nordic Walker gibt es eine verkürzte Runde mit 7,1 km Länge.
- Es wird wie bisher auf überwiegend breiten Wald- und Sandwegen gelaufen.
- Hindernisse wie "große" Wurzeln – sind farblich markiert. Auf Wurzelstrecken wird jeweils ein Hinweisschild angebracht.
- auf jeder Runde gibt es wie im letzten Jahr einen 200m langen Singletrail – der vorsichtig und aufmerksam zu laufen ist.
- Richtungsanzeigen durch Pfeile und zusätzliche Markierungen auf dem Boden
- drei mobile (Rad)-Helfer die je 3,5 km Streckenverlauf ständig überwachen
- Km-Angabe bei jedem Kilometer
- getrennte Startzeiten – für den TGA-Lauf und die Nordic Walker.
- Der Imbus- und Sparkassen-Lauf starten zusammen in 4 Startblöcken je nach erwarteter Zielzeit.
- Der Zielbereich bleibt auf den Wanderparkplatz gegenüber vom ASV Gelände, siehe Lageplan auf Seite 12.
- 3 Meldefristen mit unterschiedlicher Gebühr – mit einer Stornierungsmöglichkeit bei Anmeldungen bis 31.08.2024
- Start-Nummer ist (unbeschädigt) nach dem "Lauf" wieder zurückzugeben, dadurch wird es im kommenden Jahr keine Gebührenerhöhung geben.
- Auf der Homepage www.Karpfenweiherlauf.de werden die endgültigen Streckenpläne ab 18.08.2024 zum Download bereitgestellt.
- Am 20.08. / 27.08. und 10.09.2024 findet auf der 10,5 km-Strecke um 18:30 Uhr ein Trainingslauf (Besichtigungslauf) statt. Teilnahme bitte auf info@tria-fit.de avisieren. Start beim ASV!



8. Möhrendorfer Karpfenweiherlauf

4.) Folgende Vorteile

- und „was“ geben unsere SPONSOREN - wenn Du Dich vom 02.03. bis 31.08.2024 anmeldest:

A. **Deine Startgebühr ist günstiger!!**

Wenn Du Dich während des obigen Zeitraums angemeldet hast, kannst Du Dich ohne Angabe von Gründen bis 08.09.2024 wieder abmelden und erhältst die Startgebühr (abzüglich 2,--) wieder erstattet.

BEACHTET: Eine Weitergabe der START-NUMMER auf eine andere Person ist VERBOTEN - kann aus Sicherheitsgründen und wegen des HAFTUNGS-AUSSCHLUSSES nicht toleriert werden und führt zur DISQUALIFIKATION!!

B. Der Sieger & die Siegerin des 10,5 km & 21,1 km Laufes und der schnellste Mann und die schnellste Frau aus Möhrendorf erhalten von der **FISCHKÜCHE RECK** aus Mö.-Oberndorf einen Gutschein.

C. Von der Physiotherapie **„THERAPIE-Zeit“** aus Baiersdorf – erhält der/die schnellste Mann & Frau des 21,1 km und 10,5 km Laufes, je einen GUTSCHEIN für eine Massage über 30 Min. Diese Athleten müssen aus der Möhrendorf (oder Landkreis Erlangen/Forchheim) kommen. Diese können aber erst nach Überprüfung durch die Gemeinde in der „KW 40“ zugestellt werden.

D. **KIESER-Training (Erlangen)** sponsert den drei ältesten Teilnehmerinnen und den drei ältesten Teilnehmern je 3 Probe-Trainings.

E. Du meldest Dich für den Hauptlauf (21,1 km) an – merkst aber, dass es an dem Tag „nicht so läuft“ – dann kannst Du auch nach 10,5 km finishen und bekommst trotzdem eine Medaille. Die Differenz zwischen den beiden Startgebühren wird nicht erstattet!! Ein Anspruch auf die Punkte C & D besteht nicht.

F. Die ersten 100 Anmeldungen bekommen einen Gutschein für „zwei Bratwürstchen im Weckla“. Die Gutscheine können ab dem Mo 23.09. bis zum Fr. 11.10. in der **Metzgerei Reck** in Möhrendorf (Frankenstraße 33) eingelöst werden.



8. Möhrendorfer Karpfenweiherlauf

Ausschreibungsbedingungen – Hinweise & Info

Wettbewerbe & Startzeit & Distanz

Samstag, 21.09.2024

15:00 Uhr	„Der Dorfmetzger“ – Schüler	U08	(2017 & 2018)	1,0 km *
15:10 Uhr	„Der Dorfmetzger“ – Schüler	U10	(2015 & 2016)	2,0 km *
15:25 Uhr	„Der Dorfmetzger“ – Schüler	U12	(2013 & 2014)	2,5 km *
15:40 Uhr	„Der Dorfmetzger“ – Schüler	U14	(2011 & 2012)	4,0 km *
15:40 Uhr	„Der Dorfmetzger“ – Jugend	U16	(2009 & 2010)	4,0 km *

Sonntag, 22.09.2024

09:37 Uhr	„POLSTER-Elektrotechnik“		(Nordic Walking)	7,1 km
09:35 Uhr	„TGA-PlanTeam“ – Lauf		(2008 & älter)	7,1 km
09:50 Uhr	„SPARKASSEN“- LAUF		(2004 & älter)	10,5 km *
09:50 Uhr	„IMBUS“ – Hauptlauf		(2004 & älter)	21,1 km *

Bitte die Startzeiten bei der Abholung der Start-Unterlagen nochmal kontrollieren!
Können sich z.B. durch Wetterbedingungen verschieben.

* Laut "BLV"- sind dies die Streckenlängen der Jahrgänge für Waldläufe (nicht verwechseln mit Straßenlauf).

Sollte Jemand einen falschen Jahrgang angeben um an einem anderen Lauf teilzunehmen wird er disqualifiziert - aus der Ergebnisliste gestrichen und erhält ein dreijähriges Startverbot.

Startgebühren

	ab 02.03.	ab 01.07.	ab 01.09.
„Der Dorfmetzger“ – Schüler U08	0,--	0,--	2,--
„Der Dorfmetzger“ – Schüler U10	1,--	2,--	3,--
„Der Dorfmetzger“ – Schüler U12	2,--	3,--	4,--
„Der Dorfmetzger“ – Schüler U14	2,--	3,--	4,--
„Der Dorfmetzger“ – Jugend U16	2,--	3,--	4,--
„POLSTER-Elektrotechnik“ – Nordic Walking	7,--	10,--	15,--
„TGA-PlanTeam“ – Hobbylauf	7,--	10,--	15,--
„SPARKASSEN“ – Lauf	11,--	14,--	18,--
„IMBUS“ – Hauptlauf	13,--	16,--	20,--

Anmeldung

nur über INTERNET www.karpfenweiherlauf.de oder www.Tria-fit.de

Nur mit korrektem Namen und Geburtsdatum. Jeder bekommt per E-Mail eine Anmeldebestätigung. Wer diese nicht bekommt oder Probleme mit der Anmeldung hat meldet sich bitte bei info@tria-fit.de.



8. Möhrendorfer Karpfenweiherlauf

Meldeschluss	Mittwoch, 18.09.2024 um 23:59 Uhr oder bei Erreichung der Höchstgrenze von 300 Athleten
Nachmeldungen	Nicht möglich!
Ummeldung	auf andere Distanzen oder andere Personen - nur per E-Mail an info@tria-fit.de bis Meldeschluss möglich. Ein Ausgleich der bereits gezahlten Meldegebühr erfolgt nicht. Eigenmächtige Weitergabe an eine andere Person ist VERBOTEN .
Stornierung	Siehe Seite 4 / Nr. 4 A
Elektronische Zeitmessung	für alle Läufe am SAMSTAG und SONNTAG.
Startreihenfolge	Die Zeitnahme erfasst die Nettozeiten (beginn erst beim überlaufen der Zeitnahme Matte) Für den TGA-Lauf und die Nordic Walker gibt es getrennte Startzeiten und ungefähr alle 10 sec. werden 6 Athleten losgeschickt. Der Imbus- und Sparkassen-Lauf wird zusammen gestartet. Es wird in 4 Startblöcken je nach erwarteter Zielzeit gestartet. Die Zeiten für die Startblöcke werden am Start ausgehängt. Zwischen den Blöcken ist eine Pause von 1 Minute geplant.
Siegerehrung bei den Erwachsenen	Die 3 Erstplatzierten eines jeden Laufes erhalten einen Pokal und eine Urkunde. Uhrzeit der Siegerehrung wird rechtzeitig bekannt gegeben und findet im Ziel auf dem Wanderparkplatz statt. Pokalübergabe erfolgt durch den Möhrendorfer Bürgermeister.
Siegerehrung bei den Schülern & Jugendlichen	Die 3 Erstplatzierten eines jeden Laufes erhalten einen Pokal. Die Urkunden können ab Dienstag 24.09. ausgedruckt werden.
Mannschaftswertung für Schüler & Jugendliche	<ul style="list-style-type: none">• Schüler "U8" bis "U14" und Jugend "U16"• nur für Schüler und Jugendliche - wohnhaft in Möhrendorf• 3 getrennte Wertungen: „nur Mädels“, „nur Jungs“ oder gemischt“• zu einer Mannschaft gehören 3 Starter/Starterinnen egal aus <u>welcher</u> "Gruppe"• die belegten Plätze werden aufaddiert• die Mannschaft mit der geringsten Punktzahl gewinnt• geehrt wird der erste Platz in jeder Mannschaftswertung mit einem Pokal



8. Möhrendorfer Karpfenweiherlauf

- bei der Startnummernausgabe liegen Formulare zur Mannschaftanmeldung aus. Diese bitte ausgefüllt mit zum Start bringen.
 - Teilnehmer können in der Einzel- als auch in der Mannschaftswertung gewinnen.
- HERO-Wertung**
- 3 Wertungsklassen: GOLD, SILBER und BRONZE
 - In die Wertung kommt jeder Finisher des IRON-Baby und des Weiherlaufs
 - Medaille GOLD: IRON-Baby und 21.1km beim Weiherlauf
 - Medaille SILBER: IRON-Baby und 10,5km beim Weiherlauf
 - Medaille BRONZE: IRON-Baby und 7,1km beim Weiherlauf
 - Medaille BRONZE: IRON-Baby und einen Schüler oder Jugendlauf in den Klassen U10 bis U16
 - Die Ehrungen werden im November 2024 durchgeführt.
 - Der IRON-Baby findet am Sa. 06.07.2024 um 16:00 Uhr statt.
 - Anmeldungen über den ASV Möhrendorf (Abteilungen->Ironbaby)
- Urkunden/
Ergebnisse**
- können am Montag / Dienstag im INTERNET eingesehen bzw. ausgedruckt werden.
- Erinnerungs-Medaille**
- gibt es im Ziel mit neuem Karpfendesign (siehe Titelseite).
- T-Shirts**
- Bei Anmeldung bis 08.09.2024** kann ein Funktions-T-Shirt vom Karpfenweiherlauf für € 13,50 bestellt werden. Abholung bei der Startnummernausgabe.
- Streckenbeschreibung**
- LANDSCHAFTSLAUF!
Deine Bestzeiten kannst Du bei diesen Läufen nicht verbessern. Jedoch ist die Strecke ein Genuss. Wald-, Wiesen-, Feldwege an vielen Karpfenweihern vorbei. "50 Höhenmeter" auf 10,5 km und "100 Hm" auf 21,1 km, das macht Spaß.
- Startunterlagenausgabe**
- Im Nebengebäude des Rathauses Hauptstr. 16 / Möhrendorf
Samstag, 21.09.2024 -- 12:00 Uhr bis 16:00 Uhr
Sonntag, 22.09.2024 -- 08:00 Uhr bis 09:30 Uhr
Teilnehmer aus Möhrendorf oder Umgebung, bitte am Samstag die Unterlagen holen. Vom Rathaus zum ASV-Parkplatz sind es ca. 700m - aber bedenke Du hast auch noch 500m zum Start. Die Strecke zum Start geht bergauf.



8. Möhrendorfer Karpfenweiherlauf

Bitte Beachten	Startunterlagen können von anderen Personen (Freunde - Nachbarn) nur mit einer Bestätigung und Unterschrift abgeholt werden. Formular gibt es auf der Homepage zum Download.
Abfallentsorgung während des Laufes	20 - 50 m nach der Versorgungsstation steht ein Abfallkarton. Falls Du diesen nicht triffst - KEIN Problem - führt es im Umkreis von 3 m um den Karton nicht zu einer Disqualifikation. Danach würdest du die rote Karte sehen.
Streckenservice	Zwei Versorgungsstellen auf der Runde. <ul style="list-style-type: none">• Wasser & Mineraldrinks• Teilnehmer des „HM“ erhalten zusätzlich Bananen & Gel's• Zielverpflegung siehe FINISHER-Verpflegung
Aufgabe während des Laufes	Du hast "Probleme" und willst den Lauf beenden. Du gehst zum nächsten Streckenposten oder Verpflegungsstation und gibst dies - mit Name und Startnummer bekannt. Auch Info - ob wir dich abholen müssen. Was passiert, wenn du dich nicht abmeldest? Du giltst bei uns dann als vermisst und wir starten eine Suchaktion. Unkosten für die Einsatzkräfte dieser Suchaktion müssen dann von Dir übernommen werden.
Zeitlimit	Beim 21,1 km Lauf muss die erste Runde (10,5 km) in 75 Minuten (7 Min. pro km) absolviert sein. Danach müssen wir dem Athleten die ROTE KARTE zeigen und er muss den Wettkampf beenden. Ein Weiterlaufen liegt in seiner Verantwortung - da die Strecke abgebaut wird - keine Verpflegungsstationen vorhanden sind und die 1. Hilfe Versorgung <u>nicht</u> mehr gewährleistet ist. Wir müssen um 12:50 Uhr den Wald wieder freigeben.
Hilfe bei Verletzungen	Es gebietet die "SPORTLICHE FAIRNESS", dass man bei Verletzungen anderer Athleten hilft, oder Hilfe holt. Es sind viele HELFER (mit Handys) auf der Strecke die Hilfe anfordern können. Wir werden auch wieder das "Rote Kreuz" mit 2 Rettungswagen engagieren.
Rücksicht	Die Teilnahme am Weiherlauf gewährt Dir keine Vorfahrtsberechtigung . Bitte immer Rücksicht auf Spaziergänger und besonders ältere Personen nehmen, sollten diese auch einmal Deinen Weg kreuzen.
Unfall	Hast Du einen Zusammenstoß mit einem anderen Läufer oder einem Spaziergänger oder Radfahrer - und dieser VERLETZT sich, AUF KEINEN FALL WEITER LAUFEN, Du begehst Unfallflucht!! Polizei würde dann ermitteln!



8. Möhrendorfer Karpfenweiherlauf

Wettkampf-Infos	Wettkampf-Infos im Internet unter www.karpfenweiherlauf.de Die letzten Infos bekommst Du per E-Mail zwei bis drei Tage vor dem Wettkampf. Sicherheitshalber am Samstag den Posteingang und den Spam-Ordner kontrollieren.
Toiletten	Zwischen dem ASV-Heim und dem Start-Bereich ist absolutes "Pinkel-Verbot". Wer sich im oben genannten Umkreis erleichtert wird disqualifiziert. Im Startbereich stehen hierfür zwei Dixi-WCs zur Verfügung (<u>eventuell</u> auch wieder die Toiletten im ASV-Heim). Dies ist eine ausdrückliche Auflage der Gemeinde & Landwirte!! Nach dem Start, in Seitenwegen möglich (aber nicht zu weit in den Wald gehen).
Begleiten von Athleten während Wettkampf	Zu Fuß oder mit dem Rad ist VERBOTEN und führt zur Disqualifikation des Athleten. Ausnahme nur bei Kindern JG (2017 & 2018) gestattet - jedoch ohne Kontakt.
Parken	Parkplatz am Sportheim des ASV Möhrendorf.
Umkleiden	eventuell wieder möglich - siehe letzte INFO!!
FINISHER-Verpflegung & Startnummer-Rückgabe	Im Zielbereich erhält jeder Athlet nach Abgabe der Startnummer (bitte vorsichtig entfernen) ein 1 Gebäck und eine kleine Wasserflasche. Athleten des IMBUS-Hauptlaufes (21,1km) erhalten 2 Gebäckteile, zudem zwei kleine Wasserflaschen. Wir müssen für die Flaschen ca. 100 € Pfand zahlen, bitte leere Flaschen wieder bei uns abgeben. Andere Personen können <u>nicht verpflegt</u> werden.
Nordic-Walking	Start in der Nordic-Walking-Wertung nur mit "Stöcken"!
Wettkampf-Besprechung	5 Minuten vor dem gemeldeten Start. Teilnahme ist Pflicht!
Die Veranstaltung wird abgesagt	Was passiert mit meinen Startgebühren falls der Wettkampf wegen Unwetters oder unpassierbarer Wege oder anderen Gründen abgesagt wird? Dieses Risiko liegt beim Teilnehmer. Wir werden aber versuchen, einen Teil der Startgebühr auf einen kommenden Lauf anzurechnen.
Weitere Infos	Veranstalter & Ausrichter TRIA-fit - Erlangen (www.tria-fit.de) Kontakt: Uwe Prüfer info@tria-fit.de 09135- 7365080 Schirmherr Bürgermeister Thomas Fischer



8. Möhrendorfer Karpfenweiherlauf

Aufbewahrungsmöglichkeit

Die Sporttaschen können vor Beginn des Laufes am Start zur Verwahrung abgegeben werden. Es kann keine Haftung übernommen werden.

Notärztin / Rettungsdienst

BRK Erlangen bzw. Baiersdorf

Sicherheit & Fairness

Jeder Läufer muss sich so verhalten, dass er einen Anderen nicht behindert oder gefährdet. An engen Stellen und im Zielkanal nicht überholen.

Helfer

Wer beim 21,1 km startet und sich die STARTGEBÜHR **sparen möchte** – der muss uns eine(n) HELFER bringen. Mindestalter 16 Jahren!! Die ersten 10 Meldungen (mail an info@tria-fit.de) erhalten eine Zusage. Weitere INFO's kommen rechtzeitig.



8. Möhrendorfer Karpfenweiherlauf

SEHR WICHTIG

Mit der TEILNAHME-Buchung hast du auch KENNTNIS für den HAFTUNGS-AUSSCHLUSS u n d DATEN-SCHUTZ bestätigt. Falls du die Zeilen nochmal nachlesen willst - dann hier:

HAFTUNGS-AUSSCHLUSS

Für den Fall meiner Teilnahme an diesem Lauf erkenne ich den HAFTUNGS-AUSSCHLUSS des Veranstalters für Schäden jeglicher Art an und VERZICHTE darauf, gegen den VERANSTALTER - gegen die GEMEINDE Möhrendorf - Bayerische Staatsforsten - HELFER (Feuerwehr / ROTES KREUZ – ASV - u.a.) - Besitzer & Pächter der privaten Wege ANSPRÜCHE wegen SCHÄDEN & VERLETZUNGEN gleich welcher Art geltend zu machen. Es ist ein LANDSCHAFTSLAUF und mir ist bewusst - dass gerade bei solchen Läufen mit unebenen Wegen (mit Wurzeln u.a.) zu rechnen ist. Der VERANSTALTER wird diese kennzeichnen oder markieren - aber trotzdem ist selbst darauf zu achten. Es werden Hinweisschilder auf Gefahrenmöglichkeiten aufgestellt und sind stets zu beachten - lieber mal 20 m gehen - statt zu laufen!!

Ich erkläre, dass ich für die Teilnahme an dieser Veranstaltung ausreichend trainiert - körperlich und geistig fit bin und mein Gesundheitszustand ärztlich bestätigt wurde.

Ich versichere die Korrektheit meines Geburtsjahres und Namens und bestätige, dass ich meine Startnummer an keine andere Person weitergeben werde.

Die mit der Anmeldung gemachten Angaben müssen korrekt sein. Während der Veranstaltung gemachte Fotos und Filmaufnahmen, sowie die Laufergebnisse dürfen ohne Vergütungsanspruch genutzt und weitergegeben werden.

Auflagen der Staatsforsten

Hier siehst Du einen Teil der Auflagen, welche wir von den Bayerischen Staatsforsten erhalten haben. Insgesamt 4 Seiten!!! (DIN A4) - hier nur die WICHTIGSTEN für die Athleten!!

- Es sind auf den Wegen eventuell auch Spaziergänger unterwegs - bitte beim Überholen Rücksicht nehmen - gerade bei älteren Personen! Der Athlet hat keine Vorfahrt!!
- Athleten und Besucher dürfen nicht auf Holzstapel & Hochsitze klettern.
- Athleten und Besucher dürfen nicht zum Start- & Ziel fahren. Parken nur auf dem Gelände des ASV Möhrendorf.
- Das Betreten des Waldes erfolgt grundsätzlich auf EIGENE GEFAHR!!
- Das Forstamt weist auf die Gefahren im Wald, insbesondere abseits der Wege hin,
- z.B. abgestorbene oder kranke Bäume und Äste, Wurzeln, Felsen, Gewässer, Insekten, giftige Pflanzen. "Pinkeln" nur am Waldrand - nicht weiter in den Wald gehen!
- Bei öffentlicher Unwetterwarnung (Sturm - Schnee- oder Eisbruch) dürfen wir nicht laufen.

