



Fränkische Schweiz-Marathon 2023

Aktuelle Teilnehmer-Informationen – Bitte sorgfältig lesen!!!

Start und Ziel Ebermannstadt, B470 Forchheimer Straße / Breitenbacher Straße (Lageplan Nr. 3)

08:30 Uhr – Handbike

08:35 Uhr – Marathonlauf, Staffel-Marathon

09:00 Uhr – Halbmarathon

09:10 Uhr – 10km-Lauf

10:45 Uhr – Run & Bike

Die **Startaufstellung** der Läufer erfolgt in der Breitenbacher Straße (siehe Pfeil im [Lageplan](#)). Die B470 ist wegen des zu erwartenden Gegenverkehrs von Handbikern im Startbereich unbedingt freizuhalten.

Zielschluss

ca. 14:00 Uhr → Läufer/-innen, die das Ziel **deutlich erkennbar** nicht in der vorgesehenen Zielzeit erreichen, werden ggf. aus dem Rennen genommen. Sie können ihren Lauf jedoch **auf eigene Verantwortung** sowie ohne Anspruch auf Zeitmessung, Verpflegung und Streckensicherung fortsetzen.

Auf der ganzen Strecke herrscht Gegenverkehr. Das Überqueren der Fahrbahnteilung in der Straßenmitte ist strengstens verboten und führt zur sofortigen Disqualifikation. Die Begleitung auf Fahrrädern ist untersagt.

Teilnehmer mit fehlenden Zwischenzeiten an den Wendepunkten werden disqualifiziert.

Handbike

Der Start erfolgt auf 2/3 der Straßenbreite der B470 Richtung Weilersbach – nach ca. 100m wird die Strecke auf die halbe Fahrbahn verengt, bitte Vorsicht beim Einreihen.

- Die zwei Wenden werden jeweils angekündigt: 500m – 300m – 100m, bitte Geschwindigkeit unbedingt deutlich reduzieren und **LANGSAM !!!** in den Wendekreis einfahren.
 - Wende Weilersbach: 180°-Wende / Wende Behringersmühle: Wendeschleife um zwei Verkehrsinseln.
→ **Bitte beachten Sie die Lagepläne der Wendekreise in Ihren Unterlagen!!!**
 - Für den Handbike-Marathon werden bei der Startunterlagenausgabe Transponder ausgegeben, die unmittelbar nach dem Lauf im Zielbereich zurückgegeben werden müssen. **Sollten Sie den Chip nicht zurückgeben, werden Ihnen nach der Veranstaltung 80,00 € von Ihrem hinterlegten Konto abgebucht.**
 - Helmpflicht: Das Tragen eines Schutzhelms ist Pflicht, Teilnehmer ohne Helm werden disqualifiziert!
 - Aus Sicherheitsgründen werden Handbikern keine Getränke gereicht
 - Ankündigung Zieleinlauf: Die letzten 1000m – 500m – 300m sind beschildert!
-

Staffel-Marathon

In den jeweiligen Wechselzonen wird die mit einem Startnummernband / Gummiband (selbst mitzubringen) befestigte Startnummer an den Laufpartner übergeben. Die Wechselzonen befinden sich in

- Ebermannstadt (Parkplatz dm-Markt, ca. 200m nach 10km-Ziel),
- Muggendorf (Bushaltestelle vor dem Abzweig Birkenreuth)
- Behringersmühle (Wendepunkt am Abzweig Waischenfeld)
- Muggendorf (Bushaltestelle nach dem Abzweig Ortsmitte)

Die An-/Abfahrt zur jeweiligen Wechselzone und zurück nach Ebermannstadt ist eigenständig zu organisieren.

Run & Bike

Start: Läufer/-innen stehen an der Startlinie in Richtung Weilersbach, Radfahrer/-innen in ca. 300m Entfernung auf dem Parkplatz des Orthopädie Forums Ebermannstadt (siehe rotes Biker-Symbol im Lageplan).

Beide Athleten tragen eine Startnummer mit Zeitmesschip. Es besteht Helmpflicht für den Radfahrenden. Radwechsel beliebig oft möglich, Radübergabe direkt von Hand zu Hand, kein Abstellen des Rads erlaubt. Abstand zwischen beiden Sportler/-innen max. 10m. Der Zieleinlauf muss **GEMEINSAM** erfolgen.

Verpflegungsstellen (Karte siehe Info-Tafel bei der Startunterlagenausgabe)

Zunächst Verpflegungsstellen alle 5 Kilometer (mit Wasser und neprosport Hypotonic-Drink). Ab km 12 Verpflegungsstellen ca. alle 3 Kilometer. Ab km 15 Bananen. Ab km 37 Cola & Fitness-Riegel.

Gepäckaufbewahrung → Turnhalle der Volksschule, Schulstraße (Lageplan Nr. 7)

Der Zutritt zur Turnhalle ist nur mit Startnummer möglich und wird von einer ehrenamtlichen Helferin kontrolliert. Sie können eigenverantwortlich Ihren Kleiderbeutel (**bitte selbst mit Startnummer kennzeichnen**) in der Turnhalle deponieren. **Für Wertsachen wird keine Haftung übernommen.** Beim selbständigen Abholen der Kleiderbeutel zeigen Sie bitte beim Verlassen der Turnhalle Ihre Startnummer sowie die Nummer auf dem Beutel unaufgefordert vor. Ab 14:00 Uhr wird der Zugang zur Turnhalle nicht mehr kontrolliert.

PaceMaker-Service

Es stehen Marathon-PaceMaker für die Zielzeiten 3:30 – 4:00 – 4:30h, sowie beim Halbmarathon für 1:30h – 1:45h – 2:00h – 2:15h zur Verfügung.

Start-Nummer

Die Start-Nummer ist gut sichtbar zu tragen. Die Start-Nummer und die Sponsoren-Logos dürfen nicht verdeckt oder unkenntlich gemacht werden:

- Läufer: Vorne am Trikot, Staffelläufer/-innen Hinweis „Staffel“ am Rücken befestigen
- Staffelläufer: am Startnummernband / an einem Gummiband (selbst mitbringen)
→ Übergabe an den Partner in der Wechselzone
- Run & Bike: Jeder Teilnehmer trägt eine Startnummer

!!! Sportler ohne Start-Nummer werden disqualifiziert !!!

Massagen

Auf dem Parkplatz des Pfarramt St. Nikolaus, Kirchenplatz 1 (Lageplan Nr. 4), von 11:00 bis 15:00 Uhr

Duschen und Umkleiden

Damen & Handbiker/-innen: Volksschule Ebermannstadt (Lageplan Nr. 7)
Herren: Stadthalle Ebermannstadt (Lageplan Nr. 6)

Siegerehrung Ebermannstadt, Marktplatz (Lageplan Nr. 1)

Alle Teilnehmer/-innen, die das Ziel erreichen, erhalten eine Medaille.

Vorläufiger Zeitplan für die Siegerehrungen (Änderungen vorbehalten):

ca. 11:30 Uhr - Handbike

ca. 12:00 Uhr - 10km-Lauf

ca. 12:30 Uhr - Halbmarathon

ca. 14:00 Uhr - Run & Bike-Wettbewerb

ca. 14:30 Uhr - Marathonlauf (AK-Wertung / Mannschaftswertung)

anschließend Staffel-Marathon (Damen/Herren/Mixed-Teams)

Sachpreise werden nicht verschickt, sie können nur vor Ort entgegengenommen werden.

Nudelessen Gutschein an der Startnummer zum Abreißen - kann am Marktplatz beim Catering eingelöst werden (Lageplan Nr. 1):

Samstag, 02.09.2023, von 13:00 – 18:00 Uhr

Sonntag, 03.09.2023, von 11:00 – 16:00 Uhr

Anfahrt mit der Bahn

Die Startnummer gilt am 03.09.2023 als Fahrausweis. **Erste Abfahrt in Forchheim: 07:39 Uhr.**

Anreise mit dem Auto

Bitte berücksichtigen Sie die Sperrung der B470 ab 07:00 Uhr. Ausweichstrecken nach Ebermannstadt finden Sie unter www.fs-marathon.de/anfahrt/