



## Fränkische Schweiz-Marathon 2022 Aktuelle Teilnehmer-Informationen – bitte sorgfältig lesen!!!

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

**8:30 Uhr: Handbike**

**8:35 Uhr: Marathonlauf, Staffelmарathon**

**9:00 Uhr: Halbmarathon**

+Teilnehmer/innen der Bayer. HM-Meisterschaft (rote Startnr.)

+Teilnehmer/innen der Bayer. Polizeimeisterschaft im HM (grüne Startnr.)

starten im 1. Startblock.

**9:10 Uhr 10km-Lauf**

**10:45 Uhr Run & Bike**

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

**Zielschluss: ca. 14:15 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 Absperrungen 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-Informationen

**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)
- Muggendorf (Bushaltestelle nach dem Abzweig Ortsmitte)
- Ebermannstadt (Parkplatz dm-Markt, ca. 200m vor dem Ziel),

Die An-/Abfahrt zu den jeweiligen Wechselzonen ist eigenständig zu organisieren.

---

### Run & Bike

**Start:** Läufer/innen stehen an der Startlinie, Radfahrer/innen in ca. 200m Entfernung auf dem dm-Parkplatz.

**Beide Athleten tragen eine Startnr. 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 Startunterlagenausgabe)

Zunächst Verpflegungsstellen alle fünf Kilometer (Wasser und Nepro-Sport Hypotonic-Drink),  
ab km 15 Verpflegungsstellen ca. alle 3 Kilometer und zusätzlich Bananen, ab km 37 Cola & Fitness-Riegel

---

**Handgepäck:**

**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.

---

**CEP-Pacer-Team:** es stehen Marathon-Pacemaker für die Zielzeiten 3:30 - 4:00 – 4:30h sowie beim Halbmarathon für 1:30h, 1:45h, 2:00h und 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!!

---

Kostenlose Massage: **SeniVita, 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. 13:00 Uhr - Bayer. Halbmarathonmeisterschaft / Bayer. Polizeimeisterschaft

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, 03.09.2022, von 13:00 – 18:00 Uhr,

Sonntag, 04.09.2022, von 12:00 – 17:00 Uhr.

---

**VGN-KombiTicket:** die Startnummer gilt am 04.09.2022 als Fahrausweis.

**Erste Abfahrt in Forchheim: 7:39 Uhr**

Anreise mit dem Auto: Bitte berücksichtigen Sie die Sperrung der B470 ab 7:00 Uhr. Ausweichstrecken nach Ebermannstadt finden Sie unter [www.fs-marathon.de/anfahrt/](http://www.fs-marathon.de/anfahrt/)