

im Rahmen des



Ergänzende Informationen zur allgemeinen Starterinfo auf <http://faq.badenmarathon.de>

Start:

Um 13:00 Uhr auf dem Sportgelände des Post Südstadt Karlsruhe e.V. (Ettlinger Allee 9, 76199 Karlsruhe). Informationen zur Anreise zum Start finden Sie auf der Rückseite.



Streckenverlauf:

Der AOK-Gesundheitslauf startet auf der Aschenbahn (3/4-Runde s. Rückseite dieser Info) des Post Südstadt Karlsruhe e.V. und führt kurz darauf auf die offizielle Marathonstrecke (ca. bei km 31,5). Über den Oberwald und die Oststadt verläuft der Kurs weiter zum Karlsruher Schloss. Danach geht es durch die Innenstadt, den Stadtteil Beiertheim und das Albgrün ins Ziel im Carl-Kaufmann Stadion. Insgesamt ist die Strecke ca. 11,5km lang. Walker und Nordic Walker sind beim Gesundheitslauf ebenso herzlich willkommen. Bitte achten Sie lediglich darauf, andere Läufer nicht zu behindern und genügend Platz zum Überholen zu lassen.

Weitere Info unter: strecke.badenmarathon.de

Ziel:

Wie alle anderen Sportler/innen laufen auch die Teilnehmer des Gesundheitslauf ins Ziel im Carl-Kaufmann Stadion in Beiertheim ein. Dort erhält jede(r) eine Medaille und kann sich im „Runners' Heaven“ mit der angebotenen Zielverpflegung stärken. Weitere Info unter: verpflegung.badenmarathon.de

Zeitlimit:

Das Zeitlimit für das Bewältigen der ca. 11,5 km langen Strecke liegt bei 2:30 Stunden (Zielschluss 15:30 Uhr). Die Zeitmessung erfolgt mittels des in die Startnummer integrierten Chips. Bitte die Startnummer nicht knicken oder falten und gut sichtbar auf Brusthöhe anbringen.

Wertung:

Spaß und Freude sollen beim Gesundheitslauf im Vordergrund stehen. Deshalb wird keine Rangliste, sondern eine alphabetisch sortierte Finisherliste erstellt. Gesamt-, Klassen- oder sonstige Siegerehrungen sind somit nicht vorgesehen. Der Ausdruck einer persönlichen Urkunde mit genauer Laufzeit ist über unsere allgemeine Ergebnisseite möglich: ergebnis2023.badenmarathon.de.

Startnummernausgabe:

Die Startnummernausgabe erfolgt am Samstag 16.9. (12-17 Uhr) und am Sonntag 17.9. (7-9 Uhr) in der Lina-Radke Halle Karlsruhe. Am 17.9. ist von 11-12:30 Uhr zudem die Startnummernabholung auf dem Gelände des Post-Südstadt e.V. möglich. Bitte halten Sie zur Abholung stets die Meldebestätigung (oder Ihren Personalausweis) bereit.

Gepäckaufbewahrung/Transport:

Da der Gesundheitslauf auf dem Gelände des Post Südstadt Karlsruhe e.V. startet und im Carl-Kaufmann-Stadion endet, bieten wir einen Gepäcktransport in die Lina-Radke Halle Karlsruhe (Steinhäuserstraße 29, 76135 Karlsruhe) an. Bitte hierbei nur übliche Läuferbeutel o.ä. (keine großen Gepäckstücke) abgeben und mit dem Gepäckabriss der Startnummer versehen. Die Rückgabe erfolgt gegen Vorlage der Startnummer. Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung für abgegebene Gepäckstücke oder Wertgegenstände.

Getränke- und Verpflegungsstationen:

Sämtliche entlang der Strecke und im Ziel befindlichen Verpflegungsstationen können von den Teilnehmern des Gesundheitslauf ebenso genutzt werden.

Anreise zum Start (Adresse PSK:- Ettlinger Allee 9, 76199 Karlsruhe - www.online-psk.de):

Gemeldete Teilnehmer können am 16./17.9.2023 kostenlos sämtliche Busse und Bahnen des Karlsruher Verkehrsverbundes (www.kvv.de) nutzen. Als Fahrschein müssen Sie die übersandte Meldebestätigung (oder alternativ die Startnummer) mit Ihren eingetragenen Daten und dem aufgedruckten KVV-Ticket dabei haben und ggf. samt Personalausweis vorzeigen. Bei Anfahrt zum PSK mit der S-Bahn S1/S11 muss an der Haltestelle „Dammerstock“ ausgestiegen werden (Fahrplanauskunft unter www.kvv.de). Der Fußweg von der Haltestelle bis zum Start beträgt ca. 100 m und ist ausgeschildert (s. Karte unten). Der Fußweg von der Europahalle zum Start beim PSK ist ca. 3km lang.

Startbereich des AOK-Gesundheitslauf



Der **Geländeplan Europahalle und Umfeld** findet sich in der allgemeinen Starterinformation für alle Teilnehmer/innen- zudem online unter www.startinfo.badenmarathon.de



Wir wünschen viel Freude beim AOK-Gesundheitslauf