

Läuferinformationen



Nibelungenlauf Worms – 11./12. September 2010

Startnummernausgabe

Die Startnummernausgabe befindet sich im Festzelt auf dem Festplatz direkt am Rhein, unmittelbar bei Start und Ziel. Integriert ist hier auch die Sportmesse und die RPR1.-Pasta-Party am Samstagabend.

Die Ausgabezeiten: Samstag: 11.09.2010, 09:30-18:00 Uhr
Sonntag: 12.09.2010, 07:00-09:00 Uhr

Für jeden Wettkampf gibt es speziell eingerichtete Abholbereiche. Stellen Sie sich bitte entsprechend Ihres Wettbewerbs und Ihrer Startnummer am dafür vorgesehenen Schalter an, um unnötige Wartezeiten zu vermeiden.

Startnummern

Die Startnummer darf nicht verändert werden und muss einschließlich des Werbeaufdrucks in voller Größe auf der Brust getragen werden. Sie sollte an jeder Ecke mit Sicherheitsnadeln oder durch ein Startnummernband befestigt werden. Die Startnummern der verschiedenen Wettbewerbe sind personalisiert, damit die Zuschauer Sie mit Namen anfeuern können. Dies macht den Lauf persönlicher und Sie können eine ganz individuelle Erinnerung der Veranstaltung mitnehmen.

Um sofort zu erkennen, welcher Wettbewerb absolviert wird, haben wir unterschiedliche Hintergrundfarben gewählt:

- | | |
|--------------------------|----------|
| - Halbmarathon (Läufer): | blau |
| - 10km-Lauf (Läufer): | rot |
| - 10km-Lauf (Walker): | hellrot |
| - 5km-Lauf (Frauen): | pink |
| - 5km-Lauf (Ü60) | grau |
| - 5km-Lauf (Schüler): | grün |
| - Bambini-Lauf: | rot/weiß |

Zeitmessung mit ChampionChip®

Die Zeitmessung für alle Wettbewerbe (außer Bambini-Lauf) erfolgt ausschließlich mit ChampionChip®.

Befestigen Sie bitte den Chip sicher in der Schnürung Ihrer Laufschuhe (siehe Abb. 1/2). Wir können Ihre Zeit nur messen, wenn Sie die am Start und Ziel ausgelegten Kontrollmatten überlaufen und den Chip in der richtigen Position haben.



Abb. 1/2: Anbringung des ChampionChip

Leihchip

Sofern Sie bei der Anmeldung keine eigene Chip-Nummer angegeben haben, wurde Ihnen ein Leihchip zugeordnet. Ihr Leihchip befindet sich in Ihren Startunterlagen.

Bitte bezahlen Sie **beim Abholen** der Startunterlagen die Chip-Kaution direkt am Schalter im Festzelt in bar.

Die Kaution beträgt € 30,-. Nach dem Zieleinlauf erhalten Sie bis 16.00 Uhr bei Rückgabe des Chips € 25,- zurück. Behalten Sie den Leihchip, gilt er als gekauft und Sie können den Chip weltweit bei Läufen verwenden, bei denen das ChampionChip®-System eingesetzt wird.

Streckenbeschreibung

Der Nibelungenlauf wird als Halbmarathon (Läufer) und als 10km-Lauf (Läufer, Walker) angeboten. Des Weiteren gibt es einen Frauenlauf, einen Ü60-Lauf sowie einen Schülerlauf über 5 km. Die Streckenführung für die Läufer und Walker ist identisch. Die Strecke verläuft zu 100% auf Asphalt und ist flach. Es gibt nur wenige Kurven, somit ist sie schnell und flüssig zu absolvieren. Optimal für persönliche Bestzeiten. Start ist auf dem Festplatz am Rhein. Der erste Abschnitt führt durch die Wormser Innenstadt, über die B9 durch das Tor der Nibelungenschule, in Richtung Bahnhof, über die neue Brunhildenbrücke, Kriemhildenstrasse, Richtung Siegfriedstrasse, Peterstrasse, Marktplatz, Siegfriedsbrunnen, Hagenstrasse, vorbei am neuen Nibelungenmuseum, verlässt dann die Innenstadt in Richtung Wormser Stadtwald, Freizeitgebiet "Bürgerweide", dem Freizeithafen in Richtung "Floßhafen" und endet in der Nähe des Hagendenkmals, auf dem neu gestalteten Festplatz.



NEU 2010: Die Strecke des Halbmarathons führt über 2 Runden durch die Wormser Innenstadt !

Wir bitten darum jeweils die rechte Straßenseite zu benutzen (außer im Lutherring hier wird auf der linken Straßenseite gelaufen!), so dass es zu keinen Kollisionen mit entgegenlaufenden Teilnehmern kommt.

Beim Bambini-Lauf laufen die Kinder eine Runde um den Festplatz und überqueren die offizielle Ziellinie (ca. 400 m).

Startzeiten

Samstag, 11.09.2010 16.00 Uhr Bambini-Lauf

Sonntag, 12.09.2010 10.00 Uhr Halbmarathon (Läufer)

Sonntag, 12.09.2010 10.00 Uhr 10km-Lauf (Läufer)

Sonntag, 12.09.2010 10.00 Uhr 10km-Lauf (Walker)

Sonntag, 12.09.2010 10.15 Uhr 5km-Lauf (Schüler)

Sonntag, 12.09.2010 10.20 Uhr 5km-Lauf (Frauenlauf)

Sonntag, 12.09.2010 10.20 Uhr 5km-Lauf (Ü60)

Start-/Zielbereich

Der Zutritt zum Start-/Zielbereich wird von Sicherheitskräften geregelt und ist **nur** mit der Startnummer möglich. Da in diesem Bereich nur Teilnehmer zugelassen werden, möchten wir Sie bitten, einen Treffpunkt mit Ihrer Familie, Freunden und Bekannten außerhalb dieses abgesperrten Bereiches zu vereinbaren.

Kleiderabgabe

Ihre Kleiderbeutel können Sie am Sonntag ab 09.00 Uhr an der dafür vorgesehenen Stelle im Festzelt abgeben. Ihr Kleiderbeutel wird durch einen mit Ihrer Startnummer gekennzeichneten Aufkleber versehen. Für Verluste übernehmen wir keine Haftung. Bitte lassen Sie Wertgegenstände in Ihren Autos. Bitte kalkulieren Sie ausreichend Zeit für die Kleiderabgabe ein.

Läuferinformationen



Nibelungenlauf Worms – 11./12. September 2010

Da der Parkplatz in unmittelbarer Nähe ist, wird sich der Großteil der Teilnehmer direkt am Auto umziehen.

Streckenversorgung

Auf der Strecke befinden sich ab Kilometer 5 im Abstand von jeweils 5 km Verpflegungsstationen.

Eigenverpflegung

Eigenverpflegung kann aus organisatorischen Gründen nicht abgegeben werden. Wir bitten hierfür um Ihr Verständnis.

Verpflegung im Ziel

Die Zielverpflegung befindet sich direkt im Zielbereich. Hier erhalten Sie Wasser, Sponser Elektrolytgetränke, Rivella, Pfungstädter Alkoholfrei, Obst und Gebäck.

Kilometerschilder

Damit Sie jederzeit informiert sind, wie viele Kilometer Sie schon absolviert haben, weisen wir die Kilometerpunkte auf der rechten Straßenseite aus.

Führungsfahrzeuge

Bei allen Wettbewerben wird ein Führungsfahrzeug voraus fahren, um das Eintreffen der Teilnehmer anzukündigen. Die Strecke ist stets freizuhalten.

Fahrradbegleitung o.ä.

Die **Begleitung per Fahrrad o.ä. ist nicht erlaubt** und führt bei Nichtbeachtung zur Disqualifikation des begleiteten Läufers. Auch eine **Teilnahme mit Babyjoggern, das Mitführen von Hunden und das Tragen von Kopfhörern ist aus Sicherheitsgründen untersagt**. Auch hierfür bitten wir um Verständnis, denn diese Maßnahme dient lediglich zur ordnungsgemäßen Durchführung, Sicherheit und Chancengleichheit jedes einzelnen Teilnehmers.

Toiletten (Start/Ziel)

Im Start-/Zielbereich stehen Toilettenhäuschen bereit.

Massagen

Damit die Muskeln gleich nach dem Lauf wieder locker werden, bieten wir Ihnen einen kostenlosen Massageservice durch die Massageschule Worms im Festzelt an.

Duschen/Umkleidemöglichkeiten

Männer: In der Turnhalle der Nibelungenschule. Folgen Sie bitte den angebrachten Wegweisern!

Frauen: In der Turnhalle der Ernst-Ludwig-Schule. Folgen Sie bitte den angebrachten Wegweisern!

Siegerehrungen:

Die Siegerehrungen werden im Festzelt nach Einlauf des letzten Läufers gegen 13:30 Uhr durchgeführt.

Die Siegerehrungen des Bambini-Laufes finden bereits am Samstag im Rahmen der RPR1.-Pasta-Party im Festzelt statt.

Moderation/Programm/Streckenprogramm

Im Start- und Zielbereich wird der international bekannte Moderator Andreas Richter die Läufer und Zuschauer unterhalten.

Ergebnislisten

Aktuelle Ergebnislisten werden im Festzelt ausgehängt und sind unter www.nibelungenlauf.de und www.mikatiming.de im Internet eingestellt. Ergebnislisten werden nur nach Vorbestellung (€ 2,40) zugeschickt. Eine ausführliche Berichterstattung werden unsere Medienpartner „Wormser Zeitung“, „Nibelungen Kurier“ und „Wormser Wochenblatt“ vornehmen. Bilder von Ihrem Lauf können Sie nach dem Lauf auf der Homepage der Agentur Sportonline Foto (www.sportonline-foto.de) anschauen und bestellen.

Urkunden

Urkunden werden nicht zugeschickt oder ausgedruckt. Wir bitten Sie, die Urkunde im Internet selbst auszudrucken (www.mikatiming.de).

RPR1.-Pasta-Party

Am Samstag, 11.09.2010 findet die RPR1.-Pasta-Party im Festzelt von 18.30 bis 22.00 Uhr statt. Jeder Teilnehmer und Besucher erhält gegen einen Betrag von € 4,00 eine Portion Nudeln mit Soße von Birkel.

Sportmesse

Die Sportmesse mit Nibelungenlauf-Schnäppchen von zahlreichen Sportartikelherstellern und Dienstleistern finden Sie im Festzelt.

Öffnungszeiten:

Samstag: 11.09.2010, 09.30 bis 19.00 Uhr

Sonntag: 12.09.2010, 07.00 bis 13.30 Uhr

Finisher-Shirt

Alle Teilnehmer erhalten nach Überqueren der Ziellinie ein offizielles Finisher-Shirt des 7. Wormser Nibelungenlaufs. Die Ausgabe erfolgt direkt im Zielbereich.

Anreise/ Zuschauer-Service

Start- und Ziel des Nibelungenlaufes ist auf dem neuen Festplatz, direkt an der Wormser Rheinbrücke. Der Parkplatz am Festplatz ist von allen Zuwegen ausgeschildert.

Bundesautobahnen

- A5 Darmstadt--Heidelberg, Zufahrt über B47 (17 km)
- A67 Frankfurt--Mannheim, Zufahrt über B47 (14 km)
- A6 Mannheim--Saarbrücken, Zufahrt über B9 (9 km), L523 (8 km)
- A61 Koblenz--Speyer (im Stadtgebiet), Zufahrt u.a. über direkten Zubringer vom Industriegebiet Worms-Nord (B9) zur Anschlussstelle Worms-Nord/Mörstadt (5 km)

Schnellverkehrsstrassen

- L523 linksrheinische Nord—Südverbindung

Bundesstrassen

- B9 Schnellstrasse Worms--Ludwigshafen
- B47 Ost--West-Verbindung über die Wormser Rheinbrücke

Bahn

Verlassen Sie den Hauptbahnhof durch den Haupteingang (Bahnhofstrasse), folgen Sie der Siegfriedstrasse in Richtung Rhein/Nibelungen Schule, über den Berliner-Ring erreichen Sie den Festplatz am Rhein.