Hinweise und erweiterte Teilnahmebedingungen Eselsburg Trail

Stand: 29. August 2023

VORBEMERKUNG

Die nachfolgenden Hinweise und erweiterten Teilnahmebedingungen richten sich an die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Trail-Lauf-Wettbewerbs innerhalb des ENSINGER Laufcups. Im nachfolgenden sind als Teilnehmer alle Personen unabhängig von ihrer Geschlechtsidentität angesprochen.

Die Erweiterungen gelten **zusätzlich zu den allgemeinen Teilnahmebedingungen** des ENSINGER Laufcups wie auf der Homepage des TSV Ensingen 1911 e.V. in der Rubrik LAUFCUP veröffentlicht (https://tsv-ensingen.de/).

HINTERGRUND

Der Ensinger Laufcup ist seit vielen Jahren als attraktive Laufveranstaltung und für seine Auswahl an unterschiedlichen Wettkampfdistanzen auf einem bewährten 5 km-Rundkurs mit welligem Höhenprofil und ca. 45 Höhenmetern pro Runde bekannt.

Ab der 16. Ausgabe dieser Veranstaltung im Jahr 2023 wird die Halbmarathon-Distanz durch einen Trail-Lauf ersetzt. Während die Halbmarathonstrecke somit bisher auf dem bekannten Rundkurs mit einer Einführungsrunde stattfand, besteht der Trail-Lauf aus einer **ca. 23 km langen Rundstrecke, bei der insgesamt ca. 550 HM zu bewältigen sind**. Auch wenn die Distanzen ähnlich lang sind, ist die Trail-Lauf-Variante sportlich deutlich anspruchsvoller und bietet auch weniger einfache Möglichkeiten zum vorzeitigen Ausstieg im Bedarfsfall.

Die Strecke startet und endet im Vaihinger Ortsteil Ensingen und verläuft über den Aussichtspunkt Eselsburg, Streckenabschnitte des Wanderweges HW10, vorbei am Schreckstein, entlang eines Bannwaldes zum Burgberg und durch Weinberge. Die Strecke beinhaltet sportlich anspruchsvolle Abschnitte und führt durch teilweise unwegsames Gelände.

Aufgrund dieses von den angestammten Lauf-Wettbewerben des ENSINGER Laufcups abweichenden Charakters des Eselsburg-Trails **möchten wir mit folgenden Hinweisen und den erweiterten Teilnahmebedingungen alle Teilnehmer des Trail-Laufes auf besonders beachtenwerte Punkte hinweisen**. Zur Minimierung der mit diesen Punkten verbundenen Risiken ist mehr als in den anderen Wettbewerben die Eigeninitiative jedes Teilnehmers im Interesse des eigenen Wohlergehens gefordert.

AUSRÜSTUNG

Die Ausrüstung wird vom Veranstalter nicht kontrolliert, aber folgende Ausrüstungsgegenstände werden – ggf. angepasst auf die nicht vorhersehbaren Witterungsbedingungen - dringend empfohlen und sollten bei dem Trail-Lauf mitgeführt werden:

- **Trail-Laufschuhe** mit ausreichend Profil (siehe auch Abschnitt WETTER)
- **Handy für den Notfall** (siehe auch Abschnitt NOTFALLNUMMER UND RENNAUSSTIEG)
- **Trinkrucksack oder sonstige bruchsichere mitführbare Flaschen** mit mind. 1 l Flüssigkeit (bereits beim Start gefüllt)

- **Eigenversorgung mit Kohlehydraten** in Form von Riegeln oder Gels (siehe auch Abschnitt VERPFLEGUNGSSTATIONEN)
- **GPS-Uhr**, wenn vorhanden. Die Strecken sind bestmöglich markiert. Wir empfehlen dennoch, die Strecke auf die GPS-Uhr zu laden. Die Streckendaten sind auf den Laufcupseiten veröffentlicht und sollten ggf. kurz vor dem Start erneut abgeglichen werden. Kurzfristig erforderliche Änderungen der Streckenführung durch den Veranstalter können jedoch nicht ausgeschlossen werden (siehe auch Abschnitt WETTER). Es gilt im Zweifel die Streckenmarkierung.
- **Kleines Verbandsset**

WETTER

Je nach Wetter und Niederschlägen an den Tagen direkt vor dem und während des Wettkampfes, können die Strecken nass, sehr matschig und vor allem rutschig sein. Entsprechend müssen Schuhe und Kleidung an die vorherrschenden Verhältnisse angepasst werden und ggf. Zusatzkleidung mitgeführt werden.

Der Veranstalter behält sich vor, im Vorfeld der Veranstaltung oder witterungsbedingt auch kurzfristig Streckenabschnitte zu ändern bzw. durch Alternativrouten zu ersetzen.

ATHLETENERKLÄRUNG UND VERHALTENSKODEX

Bei der Startnummernausgabe muss eine ausgefüllte und unterschriebene Athletenerklärung abgegeben werden. Ohne Abgabe dieser Erklärung ist eine Teilnahme an dem Trail-Lauf nicht möglich. Diese Erklärung hat den Zweck sicherzustellen, dass auch kurzfristig erforderliche Änderungen und Informationen zum Wettbewerb alle Teilnehmer erreichen.

Eine Vorschau auf die Athletenerklärung ist in der Ausschreibung zum ENSINGER Laufcup veröffentlicht, siehe dort.
Die Erklärungen liegen dazu bei der Startnummernausgabe ausgedruckt bereit und müssen somit nicht vorab ausgedruckt und unterschrieben werden!

Darüberhinaus appelliert der Veranstalter trotz aller sportlichen Ambition daran, die Regeln allgemeiner Fairness und das Gebot zur gegenseitigen Rücksichtnahme während der gesamten Veranstaltung zu beachten. Insbesondere nach dem Start gibt es auf den ersten Kilometern und auch auf den späteren Abschnitten auf breiteren Wald- und Forstwegen genügend Gelegenheit zum Überholen, so dass jeder seine Position im Rennen findet. Es besteht kein Anlass zu Drängeleien auf den etwas schmaleren, unübersichtlichen und sturzgefährdeteren Passagen.

Der Veranstalter behält sich vor, auf gefährlichen Wegabschnitten Überholverbote auszusprechen bzw. die Teilnehmer anzuhalten, ihr Geh- bzw. Lauftempo zu reduzieren und entsprechende Vorsicht walten zu lassen.

GESUNDHEITSZUSTAND

Über die Empfehlungen in den allgemeinen Teilnahmebedingungen hinaus ist bei Teilnahme am Trail-Lauf zu beachten, was in der Athletenerklärung an Anforderungen genannt ist (siehe auch Abschnitt ATHLETENERKLÄRUNG UND VERHALTENSKODEX).

Der Start erfolgt auf eigenes Risiko. Insbesondere ist jeder Teilnehmer für seine körperliche Tauglichkeit verantwortlich.

Der Teilnehmer erklärt mit Veranstaltungsbeginn verbindlich, dass gegen seine Teilnahme keine gesundheitlichen Bedenken bestehen und sein konditionelles Leistungsniveau den Anforderungen eines derartigen Ausdauerwettkampfes entspricht. Der Veranstalter behält sich vor, Teilnehmer bei medizinischen Bedenken am Start zu hindern bzw. jederzeit aus dem Rennen zu nehmen!

HAFTUNG UND EIGENVERANTWORTUNG

Es gilt der Haftungsausschluss nach den allgemeinen Teilnahmebedingungen, siehe auch Abschnitte VORBEMERKUNG bzw. HINTERGRUND.

NOTFALLNUMMER UND RENNAUSSTIEG

In medizinischen Notfällen sollte das betreuende Deutsche Rote Kreuz (DRK) unter folgender Notfallnummer der DRK-Einsatzleitung kontaktiert werden:

+49 1523 3557745 (Achtung: Änderung gegenüber 1. Version!)

Diese sollte im mitgeführten Handy eingespeichert werden. Es ist zu beachten, dass das betreuende DRK beim Trail-Lauf nicht alle Meldeorte mit einem Rettungswagen erreichen kann. Dennoch ist die Mitteilung von Positionsdaten (GPS-Daten oder ungefähre Kilometermarke etc.) empfohlen.

Steigt ein Teilnehmer aus weiteren, eigenverantwortlichen Gründen aus dem Rennen aus, so ist dies z.B. entweder bei den Verpflegungsstationen offiziell zu hinterlassen (Listen zum Eintragen liegen dort aus) oder eine kurze Nachricht mit der Startnummer an die oben genannte Notfallnummer zu senden. Dies ist sehr wichtig für den Veranstalter, damit eine Übersicht über alle Teilnehmer vorliegt, die im Ziel zu erwarten sind.

Bei Ausstieg aus dem Wettkampf aus konditionellen Gründen an der Verpflegungsstation 2 (siehe Abschnitt VERPFLEGUNGSSTATIONEN) kann die Gesamtlaufstrecke um ca. 6,5 km verkürzt werden. Der Wettkampf gilt dann jedoch als ohne Wertung beendet, auch wenn die Ziellinie danach erreicht wird.

Eine Abholung bei Rennausstieg ist nicht möglich, entsprechend ist dies ggf. selbst zu organisieren.

ZIELSCHLUSS

Der Zielschluss des Eselsburg Trail ist 17:30 Uhr, d.h. 4 1/2 Stunden nach Start. Damit sollten auch Teilnehmer, die nicht alle Steigungsabschnitte laufend bewältigen können, dennoch zu den Finishern gehören. Der Trail-Lauf ist jedoch nicht als Wanderveranstaltung angelegt.

VERPFLEGUNGSSTATIONEN

Es sind auf der Eselsburg-Trail-Laufstrecke **zwei Verpflegungspunkte mit Getränkeangebot** vorgesehen, wobei die zweite davon auf Hin- und Rückweg passiert wird.

Die erste Verpflegung ist nach dem ersten Gesamtanstieg bis zur Eselsburg **ca. bei Kilometer 5** eingerichtet.

Die zweite bzw. dritte Verpflegungsstation befindet sich auf dem Wanderparkplatz an der Schützinger Straße und wird erstmals **nach ca. 10,5 km Laufstrecke** und dann wieder **ca. bei Kilometer 18** erreicht.

NATURSCHUTZ

Die Strecke führt auch durch schützenswerte Natur. Daher sind Abkürzungen (auch das Abkürzen von Spitzkehren, Kurven etc.) oder selbst gewählte Wegvarianten verboten und führen zur unverzüglichen Disqualifikation.

Außer unmittelbar an den Verpflegungsstationen in die dafür vorgesehenen Abfallbehälter ist es untersagt, Abfall wie Verpflegungsverpackungen, Flaschen oder Getränkebecher in der Natur zu entsorgen. Eine Zuwiderhandlung führt zur sofortigen Disqualifikation.