

Datum: 31. Mai 2016

Startzeit: 11:00 Uhr

Start/Ziel: Sportplatz Wasserliesch

Zielgruppe: die Königsdisziplin – sportliche Genussläufer oder ambitionierte Trailläufer

Die Königsdisziplin erwartet euch mit einer abwechslungsreichen und anspruchsvollen Strecke sowie grandiosen Panoramaausblicken!

Der Start erfolgt auf einer flachen Asphaltstrecke durch ein malerisches Tal, bevor ihr nach 1,3 km in den Wald eintaucht. Hier erwartet euch ein schmaler, technischer Singletrail mit Wurzeln und den ersten Höhenmetern.

Nach 4,5 km erreicht ihr den Verpflegungspunkt im Fellericher Weinberg, bevor es auf den Moselsteig weitergeht. Dieser fordert euer Durchhaltevermögen, belohnt euch aber mit spektakulären Ausblicken und dem wunderschönen Nitteler Felsenpfad. Nach rund 15 Kilometer wartet in Nittel ein weiterer Verpflegungspunkt – *und die Möglichkeit, bei Bedarf auszusteigen und den Zug zurück nach Wasserliesch zu nehmen.*

Weiter geht es über den Moselsteig zurück nach Fellerich, wo ihr euch erneut erfrischen könnt. Danach folgt der längste Anstieg der Strecke (1 km), bevor ihr bei Kilometer 27 an der Löschemer Kapelle mit einem weiteren Verpflegungspunkt und einem fantastischen Blick über das Moseltal belohnt werdet. Ein langer Downhill führt euch durch eine beeindruckende Felslandschaft, vorbei am Granadenkmal, und schließlich ins Ziel am Sportplatz in Wasserliesch.

Nach 33 anspruchsvollen Kilometern habt ihr es geschafft – ein Lauf, der euch fordert und mit unvergesslichen Momenten belohnt!

Strecke & Höhenprofil: <https://out.ac/IfkmOV>

Verpflegungspunkt:

Km 4,5: Fellericher „Weingut Biewers Jause“ (Obst & Wasser/Cola)

Km 15: Nittel

Km 11,3: Löschemer Kapelle (mit tollem Ausblick!)

Auswahl: Getränke (Wasser und Cola) sowie eine kleine Auswahl an Obst

wichtige Informationen:

Unabhängig von der Distanz endet die Veranstaltung für alle Teilnehmenden am Sonntag um 19:00 Uhr. Danach erfolgt keine Wertung mehr.

Das Mitführen eines Mobiltelefons wird ausdrücklich empfohlen! Bitte gebt uns unbedingt bei der angegebenen Notfallnummer Bescheid, sofern ihr den Wettkampf abbrechen müsst!

Vor jedem Start gibt es ein **verpflichtendes Briefing, das jeweils 15 Minuten** davor stattfindet.

Startnummernausgabe

Die Startnummern können am **Sonntag ab 9 Uhr** am Sportplatz Wasserliesch bis 30 min vor dem jeweiligen Start abgeholt werden.

Empfehlungs-ausrüstung

- Der Einsatz von Stöcken ist gestattet
- Mobiltelefon mit gespeicherter Notrufnummer (steht auf der Startnummer)
- Ausweis
- Rettungsdecke
- Verbandpäckchen oder kleines Erste Hilfe Set
- eigener Trinkbecher oder Flasche/Flask
- Wasserbehälter mit ca. 1 Liter Inhalt

Empfohlene Zusatzausrüstung

GPS-Gerät (Uhr oder Handgerät) mit den Streckendaten (die Tracks sind rechtzeitig online)

Erste-Hilfe-Set

zusätzliche persönliche Verpflegung

Sonnencreme

Fettcreme gegen Wundscheuern

Blasenpflaster

Alle weiteren Informationen entnehmt bitte dem Reiter "Wissenswertes".