

ATHLETEN-GUIDE

70% TRAIL 100% SPASS

Hier findet ihr wichtige Informationen zum Ablauf des KaitersbergTrail kurz zusammengefasst. Ausführliche Hinweise findet ihr auf **www.kaitersberg-trail.de**. Bei Unklarheiten oder weitergehenden Fragen wendet euch bitte an den Veranstalter.

Damit sollte einer erfolgreichen Teilnahme am **KaitersbergTrail** nichts mehr im Wege stehen. Wir wünschen euch viel Glück und freuen uns, wenn ihr mit einem glücklichen Lächeln die Ziellinie überquert!

Startunterlagen

Freitag, 13. Mai 2022	17:00 – 19:00 Uhr	Dreifachturnhalle Bad Kötzting (direkt am Sportplatz)
Samstag, 14. Mai 2022	ab 8 Uhr	Dreifachturnhalle

Wettkampfbesprechung

Samstag, 14. Mai 2022 9:35 Uhr	Schulsportplatz Bad Kötzting – Teilnahme Pflicht
---------------------------------------	--

Pflichtausrüstung

- » Smartphone mit eingespeicherter Notfallnummer = 09943.1220
- » Notfallausrüstung (Kompresse, Verbandspäckchen, Wundpflaster)

Die Pflichtausrüstung kann am Start, an der Strecke oder im Ziel kontrolliert werde.

Weitergehende Ausrüstung, vor allem bei schlechten und kalten Witterungsverhältnissen, ist der **EIGEN-VERANTWORTUNG** der Teilnehmer überlassen. Siehe dazu auch die Hinweise bei Verpflegungsstationen!

Zeitmessung

Die Zeitmessung erfolgt mit einem Einweg-Chip an der Startnummer als Bruttozeit.

Start

Samstag, 14. Mai 2022 **10:05 Uhr** Schulsportplatz Bad Kötzting

Strecke

Siehe Streckenskizze mit Höhenprofil – letzte Seite dieser PDF-Datei (Querformat)





Live-Tracking

Aus Gründen der Sicherheit und der Rennverfolgung für Zuschauer, Interessierte und Organisation haben wir in diesem Jahr erstmals ein Live-Tracking organisiert. Es wird dringend geraten, die entsprechende App auf das mitzuführende Handy zu laden, sich anzumelden und vor Rennbeginn die App zu starten.

Live Tracking beim KBT mit der Racemap Tracking App für Teilnehmer

- 1. Download Racemap App (iOS & Android)
- 2. Connect Racemap App zum Live Tracking KaitersbergTrail

Scan QR-Code oder klicke Link

https://racemap.app/redeem_key?key=SQA7DX

3. Anmeldung zum Live-Tracking mit Startnummer & Name, fertig



Hinweise

Smartphone vollständig laden

Vor dem Start das Live-Tracking in der Racemap App starten

Live Tracking beim KBT mit der Racemap Tracking App für Zuschauer:

Mit der URL wird die Tracking Map aufgerufen: https://racemap.com/player/kaitersbergtrail22

Streckenmarkierung

Gelborange Punkte, weiß-rote Flatterbänder und Absperrungen, Richtungspfeile, KM to go Schilder (alle 5 km), Verpflegungsstand-Ankündigungen, Vorsicht-Schilder, Streckenposten

Cut Off Zeiten

Den Cut Off Zeiten liegt ein Schnitt von 5,35 km/h zu Grunde (= erwartete Siegerzeit 2:45 x 2 plus 15 min)

Cut Off Reitenberg 1: 11:07 Uhr
Cut Off Reitenberg 2: 11:52 Uhr
Cut Off Kötztinger Hütte 1: 12:35 Uhr

Rennaufgabe

Abmeldung mit Angabe der Startnummer beim nächsten Streckenposten, Verpflegungspunkt oder im Ziel bei der Zeitnahme.





Notfall

Notfallnummer **09943** . **1220**

Diese Nummer bitte unbedingt in deinem Wettkampf-Mobiltelefon abspeichern! Im Notfall **NUR** diese Nummer wählen, nicht die allgemeine Notfallnummer! Ihr bekommt in den Startunterlagen auch ein Kärtchen mit dieser Nummer.

Verpflegungsstationen

Bei Kilometer 5,5 - 9,7 - 13,3 - 22,4 - 25,4

An den Verpflegungsstationen gibt es von Veranstalterseite **KEINE TRINKBECHER.** Unbedingt ein eigenes Trinkgefäß mitführen. Der längste Streckenabschnitt ohne Verpflegungsmöglichkeit beträgt 9,1 Kilometer. Auf entsprechenden Trink- und Nahrungsvorrat achten!

An den Verpflegungsstationen findet ihr Iso (Ausgussbecher, Auslaufbehälter), Wasser (Ausgussbecher, Auslaufbehälter), Cola (1,5 | Flaschen), Riegel, Bananen, Äpfel, Rosinen/Nuss-Mischung, Minitomaten (Salz), Weißbrot, Käsewürfel (Salz), Salzbrezen (klein).

In den Startunterlagen befindet sich ein Hammer Energie Gel (glutenfrei, ohne Koffein). Wir empfehlen euch die Einnahme nach der Rennmitte (z. B. Forststraße Richtung Eschlsaign) zusammen mit etwa 150 ml Flüssigkeit. Die Verpackung könnte ihr bei der VP Kötztinger Hütte 2 in den aufgestellten Müllsäcken entsorgen.

Bahnübergang

Läufer die **um ca. 13:53 oder 14:07 Uhr** auf den unbeschrankten Bahnübergang Sperlhammer (Kilometer 28,4) treffen, werden von der absichernden Feuerwehr kurzzeitig aufgehalten bis der Zug passiert ist. Der Anordnung der Feuerwehr ist unbedingt Folge zu leisten, eine Zeitgutschrift erfolgt nicht.

Duschen und Umkleide

Umkleide und WC befinden sich in der Dreifachturnhalle direkt am Sportplatz. Duschen stehen am Wettkampftag dort leider nicht zur Verfügung. Duschen ist in der nahegelegenen Aqacur Badewelt Bad Kötzting möglich. Einen Gutschein für den kostenfreien Eintritt ins Bad am 14. Mai findet ihr in euren Startunterlagen.

Siegerehrung

Samstag, 14. Mai **16:00 Uhr** Schulsportplatz Bad Kötzting





Parken

Parkmöglichkeiten auf den Parkplätzen des Schulgeländes, Jahnplatz (in direkter Nähe zum Sportplatz) und bei der Aqacur Badewelt Bad Kötzting.

Urlaub in Bad Kötzting

Euch hat das Wochenende in Bad Kötzting gefallen! Gerne berät euch das Team vom Kur- und Gästeservice Bad Kötzting für eine Urlaubsplanung oder über die Sport- und Freizeitmöglichkeiten in der Region.

www.bad-koetzting.de

Feedback

Wir freuen uns auf eure Rückmeldungen, Lob und Kritik und Weiterempfehlungen

Organisationsteam KaitersbergTrail TV 1863 Bad Kötzting e.V. info@kaiterberg-trail.de

TV 1863 Bad Kötzting e. V., Abteilung Leichtathletik Bgm.-Dullinger-Straße 3 93444 Bad Kötzting

Website: www.kaitersberg-trail.de

Facebook: www.facebook.com/KaitersbergTrail/ Instagram: www.instagram.com/kaitersbergtrail/



www.tvkoetzting.de



