



17. Chiemgauer100 2021

100 km- & 100 Meilen – Berg Ultralauf



Datum:	Freitag 30.7. – Sonntag 01.8. 2021		www.chiemgauer100.de
Programm:	Freitag 30. 7. ab 11:00 Startnummernausgabe 12:00 100 Meilen Briefing ab 13:00 100 Meilen Start bis 14:00 100 Meilen Abgabe dropbags 17:30 Briefing + Nudelparty 21:00 Rennbüro schließt	Samstag 31.07. ab 04:00 Check-in / Frühstück bis 05:00 Abgabe drop bags 05:00 100 km Start bis 08:00 Abgabe drop bags 24:00 Zielschluss	Sonntag 1. 8. 10:00-12:00 Siegerehrung Rückgabe drop bags

Ort:	Sportplatz Bergen, Am Sportplatz 6, D-83346 Bergen
Strecken:	Hauptstrecke 100 km: 4570 Hm - Zeitlimit max. 19h (Sa. 24 Uhr), keine Streckenrekorde (m/w) da neue Streckenführung 2021! 28km Alpine Wanderwege/ naturbelassen, 34km loser Untergrund, 26km befestigter Untergrund / Kies, 7km asphaltiert 100 Meilen-Strecke (161 km): 7050 Hm - Zeitlimit max. 35h (Sa 24:00), keine Streckenrekorde (m/w) da neue Streckenführung 2021! 40km Alpine Wanderwege/ naturbelassen, 45km loser Untergrund, 55km befestigter Untergrund / Kies, 10km asphaltiert
Streckenmarkierung:	Markierungen der Wanderwege, Pfeile auf dem Boden, Markierungsband an Bäumen etc., nachts Reflektoren. Markierungen können durch Regen, Vandalismus etc. u. U. fehlen oder verändert sein. Der Teilnehmer ist dafür verantwortlich, die Strecke auch ohne Markierungen zu finden!
Kontrollstellen:	Mindestens 11 bzw. 16, Startnummer vorzeigen. 100km / 100Meilen: Evtl. Selbst-Registrierung an unbemannten Stationen
Verpflegung:	100km: 10 Verpflegungsstationen mit Wasser, Sportgetränk, Cola, div. Kohlehydrate, Obst, Riegel... 5 Kontrollstellen mit Wasser und Minimalverpflegung. Versorgung durch eigene Betreuer ist nur an den Verpflegungsstationen erlaubt (Chancengleichheit!). <u>Erwerb von Verpflegung an Almen und Gaststätten ist allen erlaubt.</u> Mitnahme von Trinkflasche, Elektrolytpulver, Energieriegel und etwas Geld wird empfohlen. 100 Meilen: Zusätzlich mind. 4 Versorgungsstationen, 3 Kontrollstellen mit Wasser
Versorgungsbeutel: (Drop bags)	An fast allen Verpflegungsstellen inkl. Hochfelln in begrenzter Zahl und Größe möglich. Drop bags sind mit Startnummer, sowie km der Verpflegungsstation zu beschriften. Keine Haftung für die drop bags.
Regeln:	So wenige wie möglich: Gesunden Menschenverstand gebrauchen, kein blindes Vertrauen auf die Organisation! Keine Schrittmacher, keine Fahrzeugbenutzung, keinen Abfall wegwerfen (Naturschutzgebiet!).
Cut offs:	Werden noch bestimmt! Dazu sind weitere Testläufe der ganz neuen Streckenführung notwendig. Schaut vorher unbedingt nochmal hier rein!
Aufgabe/Verkürzung:	Im Falle einer Aufgabe ist das Rennbüro unverzüglich zu informieren und die Startnummer beim nächsten Streckenposten abzugeben. Bei Aufgabe oder Überschreiten des Zeitlimits besteht kein Anspruch auf Rücktransport, auch wenn dies im Rahmen der Möglichkeiten versucht wird. Der Lauf kann nach Meldung bei der Kontrollstelle Maria Eck / Oberscharam (V14) auf ca. 85/146 Gesamt-km verkürzt werden.
Disqualifikation / Zeitstrafen	Nach Ermessen der Rennleitung bei Überforderung, unsportlichem Verhalten, Abkürzen, Fahrzeugbenutzung, Wegwerfen von Abfall auf der Strecke (Naturschutzgebiet!) durch Läufer oder Betreuer, etc.
Teilnehmer:	ab 18 Jahre, Teilnehmerlimit 150. Nur bei geeigneter Gesundheit & Trainingszustand (Eigenverantwortung!)
Teilnahmegebühr:	75 € bis 31.1., 90 € bis 30.6., 100 € bis 28.7., 110 € ab 29.7. (Zahlungseingang) beinhalten die Organisation, Leih-GPS-Tracker und Live Tracking über legendstracking.com, Nudelparty, Verpflegung und Teilnehmer-T-Shirts. Etwas Überschüsse dienen der Aufwandsentschädigung der freiwilligen Helfer. Rückerstattung bei Absage vor dem 1.4. 60 €, vor dem 1.7. 50 €, danach keine Rückerstattung! Für nicht zurückgegebene GPS-Tracker müssen wir eine Gebühr von 150 € nacherheben.
Kontoverbindung:	Dirk Misselhorn, IBAN: DE54 7001 0080 0861 2208 01, Postbank München (BIC: PBNKDEFF)
Veranstalter:	TSV Bergen, Trailrunning
Übernachtung:	Campingplatz Wagnerhof (https://www.camping-bergen.de/) oder für Zimmer oder Apartments die Tourist-Info Bergen: +49 (0) 8662/8321, E-mail für Buchungswünsche tourismus@bergen-chiemgau.de ; oder direkt zur Zimmerbuchung führt https://www.bergen-chiemgau.de/index.php?id=73
Allgemeine Hinweise:	Der Lauf erfolgt auf eigene Gefahr. Jeder Teilnehmer muss vor dem Start eine Haftungsausschlusserklärung unterzeichnen. Der Veranstalter behält sich vor, Teilnehmer ohne Angabe von Gründen abzulehnen, die Streckenführung zu ändern oder das Rennen aus wichtigem Grund zu verkürzen, abubrechen oder abzusagen. Bei Absage wird die Teilnahmegebühr abzüglich der bereits aufgelaufenen Kosten erstattet.

Gefahren

Der Lauf findet eigenverantwortlich, auf eignes Risiko statt. Die Strecke ist nicht abgesperrt oder überwacht, teilweise besteht Absturzgefahr. Auf Straßen ist die StVO zu befolgen und der Verkehr zu beachten. **Teilnehmen sollte nur, wer sich zutraut, in Rennatmosphäre alpine Gefahren einschätzen und bewerten zu können.** Es kann erforderlich sein, den Lauf selbstständig abubrechen oder z. B. an einer Alm zu unterbrechen sollten z.B. Naturgewalten dies erforderlich machen. Zu den Gefahren zählen, ohne Anspruch auf Vollständigkeit: Autoverkehr, Mountainbiker, Unwetter, Blitzschlag, Absturz, abgerutschte Wege, Muren, Steinschlag, Baumfällarbeiten, Kreuzottern, Weidevieh, Hofhunde etc., welche zu Verletzungen bis hin zum Tod führen können.

CHIEMGAUER100 2021

100 km / 100 Meilen Berg – Ultra Trail Lauf



Chiemgauer 100: Der Chiemgauer 100 Bergultra ist ein 100 km Natur-Trail-Erlebnislaf, der hauptsächlich alpine Wander- und Forstwege benützt und mehrere nennenswerte - und technisch schwierige -Anstiege und Abstiege aufweist. Er ist den härteren amerikanischen 100 Meilen Landschaftsläufen nachempfunden, die Hauptstrecke beträgt jedoch "nur" europäische 100 km. Ein Vorspann mit Selbstverpflegung zur Verlängerung auf 100 Meilen und Start am Vorabend ist möglich. Seit 2021 wird der Lauf mit einer neuen Routenführung und Start in Bergen durchgeführt. Die Strecke verbindet die schönsten Natur-Laufstrecken der Gegend. Beide Strecken können offiziell um ca.15 km verkürzt werden, indem die abschließende Schleife durch das Bergner Moor ausgelassen wird.

Strecke: Die 100 km Strecke besteht aus zwei Schleifen, wobei zunächst eine 32km lange Runde mit wiederholten Blicken ins Alpenvorland und danach eine große 68 km Runde über den Hochfeln und das Hörndl gelaufen wird, die mit einer Schleife durch das Bergner Moor endet. Sie verläuft teilweise auf schmalen alpinen Wanderwegen, so dass Trittsicherheit und Schwindelfreiheit Voraussetzung sind. Die kumulierten Anstiege betragen ca. 4570hm bzw. 7500hm. 14 Verpflegungsstationen, sind über die Strecke verteilt. Die 100-Meilen Läufer starten am Vorabend mit einer erweiterten, teilweise selbstversorgten ersten Schleife mit Umrundung der Hochplatte und der Kampenwand, und treffen am Morgen nach 77 km und 3600 hm nach der Überquerung des Hochgern bei km 19 auf die 100 km-Strecke.

Anmeldung

zum Chiemgauer 100 Ultra-Berglauf: am 31.7.2021: - 100 km 100 Meilen am 30./31.7.2021

Nachname: _____ Vorname : _____ Geschlecht : _____

Straße: _____ PLZ : _____ Stadt : _____ Land - Country : _____

Nationalität _____ Geburtsdatum : _____ Verein: _____

Email : _____ Mobiltelefon: _____ T-Shirt-Größe _____

Ich war schon _____ mal Teilnehmer und war _____ mal Helfer, bzw. habe einen Helfer mitgebracht

Den Unkostenbeitrag von _____ € habe ich auf das Konto des TSV Bergen IBAN: DE66 7109 0000 0608 3336 70 überwiesen.

Haftungsausschluss: Ich nehme auf eigene Verantwortung und auf eigenes Risiko am Chiemgauer 100 Bergultra teil. Insbesondere angemessene Ausrüstung wie auch Abbruch des Laufes zu meiner Sicherheit obliegen meiner eigenen Einschätzung. Ich erkläre, über die Gefahren des Laufes ausreichend informiert, gesundheitlich fit und körperlich in der Lage zu sein, an diesem 100 km / 100 Meilen - Bergultrauf teilzunehmen. Ich verzichte auf jegliche Haftungsansprüche gegenüber Veranstalter, Ausrichter, Helfern und sonstigen am Lauf beteiligten Personen.

Ort, Datum _____

Unterschrift _____