



Newsletter #4

15.12.2021

Noch 3 mal schlafen, dann ist MMM2021!

Zeit für die letzten Infos:

Veranstaltungsort fürs Navi

Auf der Mainspitze 21 – 65462 Gustavsburg

65KM – kein 2ter VP

Es wird auf der 13km-Runde keinen 2ten VP geben. Für einen echte Ultraläufer dürfte das kein Problem sein. Nimm dir aber ggf. eine Flasche/Trinkblase mit. Die kannst du dann immer wieder bei uns auffüllen.

Corona

- Auch wenn du uns schon deinen 2G-Status nachgewiesen hast, denke bitte daran, den Nachweis auch am Veranstaltungstag mit dir zu führen.
- Bitte installiere dir die Corona-WarnApp und führe dein Handy mit dir.
- Am 18.12. findet im Sportplatzgebäude noch eine andere Veranstaltung statt. Deshalb sind die Toiletten im vorderen Gebäudebereich für dich gesperrt. Wir haben die Toiletten im hinteren Bereich des Gebäudes. Wir werden dies ausschildern. Dort gilt eine Einbahnstraßen-Regelung, die wir auch ausschildern.
- Ansonsten verweisen wir nochmals auf unser Hygienekonzept in Newsletter #2 | [LINK](#) |

Parkrun

Seit ein paar Wochen findet auf der Maarauë jeden Samstag um 9 Uhr der Parkrun statt. Unsere Strecke kreuzt die Strecke des Parkruns. Bitte nehmt Rücksicht aufeinander.

Ansonsten wiederholen wir gerne nochmal das Wichtigste aus Newsletter #3

Es wird 2 Startzeiten geben:

Um 9 Uhr schicken wir die 65km-Läufer*innen auf die Strecke. Die 45er folgen um 10 Uhr.

Wie alle Jahre wird Sascha wieder die Zeiten manuell erfassen. Dazu wird es wieder im Start/Ziel-Bereich den Zeitnahme-Tisch geben. Wenn du aufhörst und/oder deine 5 Runden absolviert hast, dann melde dich bei Sascha am Zeitnahme-Tisch.

Wir bitten dich aber sicherheitshalber deine Zeit zusätzlich selbst aufzuzeichnen.

Du weißt jetzt schon, dass du auf keinen Fall 5 Runden laufen wirst, dann starte doch einfach später. Hole dann deine Startunterlagen und gehe bis spätestens 12:00 Uhr auf die Strecke. Melde dich aber bei Sascha am Zeitnahme-Tisch an und ab.

Die Ausgabe der Startunterlagen ist am Freitag von 16-18 Uhr und am Samstag ab 7:30 Uhr geöffnet.
(Auf der Mainspitze 21, 65462 Gustavsburg)

Der MMM2021 ist eine 2G-Veranstaltung. Wir werden deinen 2G-Status überprüfen und dir erst dann deine Startunterlagen und Shirt aushändigen. Außerdem benötigen wir auch deinen unterschriebenen Haftungsausschluss |[LINK](#)|

Deine Startnummer und die Teilnehmer*innen-Liste kannst du bei raceresult einsehen |[LINK](#)|

Zeitlimit:

Das Zeitlimit für die 65 km beträgt 8 Stunden (von 9 – 17 Uhr). Du musst die 5te Runde bis 15:30 Uhr beginnen (Cut-Off VP-Out).

Das Zeitlimit für die 45km beträgt 6 Stunden (von 10 – 16 Uhr).

Zeiten im Überblick:

17.12.2021 - Startnummernausgabe

- 16-18:30 Uhr: Startnummernausgabe am Start/Ziel
- 17 Uhr: Sascha macht sich auf die Strecke zu markieren, 13km im lockeren Lauf-/Trab-/Marschier-Tempo

18.12.2021 – MMM2021

- 7 Uhr: Biggi & Sascha sind vor Ort zum Aufbau
 - 8 Uhr: Startnummernausgabe (bitte die 65er zuerst)
 - 8:45 Uhr: kurze Briefing und warme Worte von Politik und ggf. Sponsoren
 - **9 Uhr:** Start 65km
 - Nach dem Start können 45er noch ihre Startunterlagen abholen.
 - **10 Uhr:** Start 45km
 - Bis 12:00 Uhr: Start wenn du keine 5 Runden laufen willst.
 - 15:30 Uhr Cut-Off für die 65km bei 52km (4 Runden)
 - 16 Uhr: Ende MMM45k
 - 17 Uhr: Ende MMM65k
-

Wir wünschen dir eine entspannte Anreise.

Wir freuen uns auf dich! Bleib gesund und sportlich!

Biggi & Sascha