

## **FAQ Kristallmarathon**

### **Kann ich mich noch auf eine andere Strecke ummelden?**

Ja, bis 4 Wochen vor dem Wettkampf ist das kostenfrei möglich (danach und vor Ort gegen Gebühr von 10 €). Bei Ummeldung auf eine längere Strecke ist die Differenz zur Startgebühr zu zahlen, bei Ummeldungen auf eine kürzere Strecke erfolgen keine Erstattungen. Für Ummeldungen ist direkt der Zeitnehmer zu kontaktieren ([info@baer-service.de](mailto:info@baer-service.de)).

### **Kann ich meinen Startplatz auf eine andere Person übertragen?**

Ja, bis 4 Wochen vor dem Wettkampf ist das kostenfrei möglich (danach und vor Ort gegen Gebühr von 10 €). Für Umschreibungen ist direkt der Zeitnehmer zu kontaktieren ([info@baer-service.de](mailto:info@baer-service.de)).

### **Wann und wo ist die Startnummernausgabe?**

Die Startnummernausgabe befindet sich im Foyer des Erlebnisbergwerk Merkers und öffnet 07:30 Uhr. Die Adresse lautet: Zufahrtsstrasse 1 in 36460 Krayenberggemeinde, OT Merkers.

### **Gibt es Parkplätze?**

Ja, es stehen auf dem Gelände und in den angrenzenden Straßen des Gewerbegebietes genügend kostenfreie Parkplätze zur Verfügung.

### **Kann ich mit öffentlichen Verkehrsmitteln zur Abholung der Startnummer anreisen?**

Ja, eine Anreise mit dem Bus bis zur Bushaltestelle „Besucherbergwerk Merkers“ ist vom Bahnhof Bad Salzungen aus grundsätzlich möglich, allerdings zeitlich nur mit dem ersten Bus des Tages (siehe akt. Fahrpläne auf [www.bahn.de](http://www.bahn.de)).

### **Kann ich Begleitpersonen mit nach untertage nehmen?**

Ja, dafür müssen gesonderte Besuchertickets direkt beim Erlebnisbergwerk Merkers erworben werden ([www.erlebnisbergwerk.de/de-de/veranstaltungen/](http://www.erlebnisbergwerk.de/de-de/veranstaltungen/))

### **Bis wann muss ich die Startnummer abgeholt haben?**

Die Startnummernausgabe schließt 09:00 Uhr.

### **Wie lange dauert es von der Startnummernausgabe bis zum Startbereich?**

Etwa 20 Minuten sind insgesamt dafür einzuplanen. Nach Ausgabe der Startunterlagen werden die Teilnehmer vom Bergwerkspersonal fortlaufend mit dem Fahrkorb nach unter Tage gefahren. Unten angekommen schließt sich eine Fahrt auf LKW-Shuttles an. Von der Shuttle-Haltestelle ist dann noch ein Stück Weg zu Fuß zum Großbunker als Start- und Zielbereich zurückzulegen.

### **Muss ich einen Helm mitbringen?**

Ja, eine Teilnahme am Rennen ist nur mit Helm gestattet. Der Helm ist bereits bei Eingang zum Fahrkorb nach unter Tage zu tragen. Den Anweisungen des Bergwerkspersonals ist entsprechend Folge zu leisten. Unter Tage ist das Tragen eines Helms generell Pflicht. Einzig im Start- und Zielbereich im Großbunker braucht kein Helm getragen werden.

### **Was für einen Helm muss ich tragen?**

Wir empfehlen aufgrund der Belüftung einen Fahrradhelm. Kletterhelme und Arbeitsschutzhelme sind aber ebenfalls möglich.

### **Was passiert, wenn ich meinen Helm zu Hause vergessen habe?**

Es steht seitens des Bergwerks eine begrenzte Anzahl geschlossener Arbeitsschutzhelme zur Verfügung, die sonst für Führungen verwendet werden.

### **Benötige ich eine Lampe?**

Ja, eine Teilnahme am Rennen ist nur mit einer Lampe gestattet. Unter Tage ist das Mitführen einer Lampe generell Pflicht. Einzig im Start- und Zielbereich im Großbunker und während der Fahrt dorthin braucht keine Lampe getragen werden.

### **Was für eine Lampe muss ich tragen?**

Wir empfehlen eine Stirn- oder Helmlampe. Hand- oder Brustlampen sind aber ebenfalls möglich.

### **Was passiert, wenn ich meine Lampe zu Hause vergessen habe?**

Es stehen keine Lampen zum Ausleihen zu Verfügung. Eine Teilnahme wäre dann nicht möglich.

### **Kann ich eine Sporttasche mitnehmen?**

Ja, die Einfahrt ist mit Sporttasche oder Rucksack möglich.

### **Kann ich Nordic-Walking-Stöcke oder Trailrunningstöcke mitnehmen?**

Nein, das ist nicht möglich.

### **Wo kann ich mich umziehen?**

Es gibt keine gesonderten Umkleidekabinen. Im Start-/ Zielbereich des Großbunkers stehen genügend Stühle zum Abstellen und Umziehen zur Verfügung.

### **Gibt es eine Kleiderabgabe?**

Es gibt keine Kleiderabgabe. Im Start-/ Zielbereich des Großbunkers stehen genügend Stühle zum Abstellen und Umziehen zur Verfügung.

### **Gibt es Toiletten bei der Anmeldung?**

Ja, WCs befinden sich übertage bei der Ausgabe der Startunterlagen.

### **Gibt es Toiletten untertage?**

Ja, WCs befinden sich untertage im Großbunker (dixi) und an den Verpflegungsstellen (dixi).

### **Ist die Laufstrecke beleuchtet?**

Ja, die Laufrunde ist größtenteils beleuchtet. Die Helligkeit entspricht in der Regel einem Dämmerlicht. Die Abstände der Lampen sind jedoch unterschiedlich, so dass es Passagen gibt, die deutlich dunkler sind. Aus Sicherheitsgründen ist wegen der besseren Sichtbarkeit und bei einem möglichen Ausfall einzelner Lampen immer eine eigene Leuchte anzuschalten.

### **Gibt es einen GPS-Track der Strecke?**

Nein, die Strecke wurde bergwerkstechnisch vermessen, es gibt keinen GPS-Empfang unter Tage.

### **Wie lang ist eine Laufrunde?**

Eine Runde ist genau 3,3km lang.

### **Ist die Laufrunde flach?**

Nein, die Laufrunde ist als hügelig zu bezeichnen. Pro Runde sind ca. 60 Höhenmeter Anstieg und 60 Höhenmeter Abstieg zu bewältigen. Es gibt sowohl kurze steile als auch längere wellige Passagen.

### **Wie ist die Beschaffenheit der Strecke?**

Der Untergrund besteht aus Kalisalz, welches überwiegend glatt ist und der Struktur und Härte von Asphalt entspricht. An einzelnen Stellen ist der Boden allerdings aufgeraut und entspricht eher einem sehr feinkörnigen Kies.

### **Wie wird meine Rundenzeit gemessen?**

Die Messung erfolgt mittels Transponder in der Startnummer und beginnt mit Übertreten der Startmatte (Nettozeitnahme). Jede weitere Runde wird mit Überlaufen der Rundenmatte per Funk gemessen.

### **Gibt es Cut-Off-Zeiten beim Halbmarathon?**

Ja, wenn die 6. Runde (19,8 km) nicht nach 3 Stunden vollendet ist, muss der Wettkampf als DNF beendet werden.

### **Was passiert, wenn ich die 7 Runden beim Halbmarathon nicht schaffe?**

Bei vorzeitigem Abbruch nach den Runden 1 bis 6 erfolgt der Ausweis als DNF in der Ergebnisliste.

### **Gibt es Cut-Off-Zeiten beim Marathon?**

Ja, wenn die 12. Runde (39,6 km) nicht nach 5 Stunden vollendet ist, muss der Wettkampf als DNF beendet werden.

### **Was passiert, wenn ich die 13 Runden beim Marathon nicht schaffe?**

Bei vorzeitigem Abbruch nach den Runden 1 bis 6 erfolgt der Ausweis als DNF in der Ergebnisliste. Bei vorzeitigem Abbruch nach den Runden 7 bis 12 erfolgt der Ausweis in der Ergebnisliste des Halbmarathons mit der Zeit nach 7 Runden (außer Konkurrenz).

### **Gibt es Verpflegungsstellen auf der Strecke?**

Ja, es gibt zwei Verpflegungspunkte auf der Strecke. Eine direkt am Ende des Großbunkers bei km 0,1 der jeweils neuen Runde und eine weitere etwa bei km 1,8 der jeweiligen Runde. Des Weiteren eine Verpflegung im Zielbereich.

### **Welche Verpflegung gibt es auf der Strecke?**

Wasser, Cola, Bananen, Äpfel, Fettbrote, Gewürzgurken, Energy Gels

### **Kann ich mich nach dem Lauf duschen?**

Ja, Duschen gibt es über Tage nach Ausfahrt (Zeiten gem. Ausschreibung).