

** ABSCHUSS-INFO 2023 **

Liebe Wandermarathon-Freunde,

das lange Warten hat bald ein Ende! Schon nächste Woche dürfen wir euch beim 11. Frankenwald Wandermarathon presented by LOWA in Stadtsteinach im Kulmbacher Land begrüßen.

Die vielen Helfer/-innen freuen sich schon auf euch, denn nach den umfangreichen Vorbereitungen möchten sie euch einen tollen Wandertag beschere. Damit ihr gut vorbereitet seid, hier die letzten Infos:

WO ist WAS?

1) START/ZIEL:

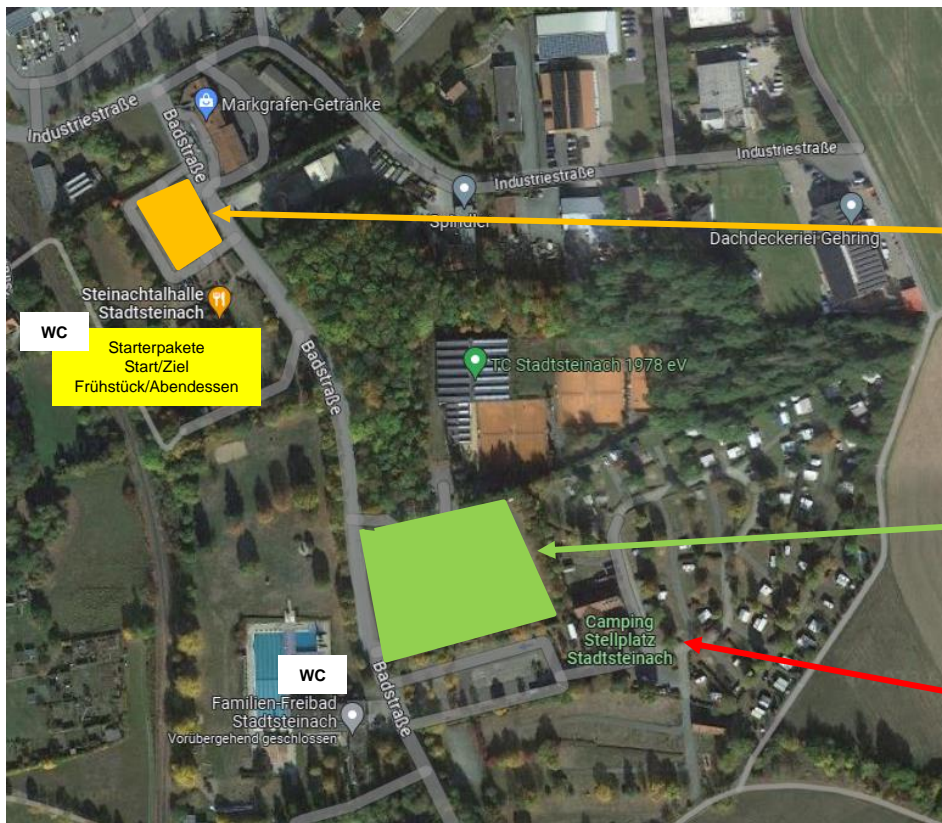
Steinachtalhalle Stadtsteinach, Badstraße 4, 95346 Stadtsteinach.

In Stadtsteinach könnt ihr einfach der öffentlichen Ausschilderung „Steinachtalhalle“ folgen und auch den orangenen **Wandermarathon-Schildern** „Start/Anmeldung“, die zur Halle führen.

In der Halle ist am Freitag und Samstag dann auch die **Ausgabe der Starterpakete**, vor dem Start das **Frühstücksbuffet** und nach der Wanderung das **Abendessen** sowie die **Umkleiden, Duschen** und das **Massageteam**. Außerdem besteht die Möglichkeit, die kostenlose **Sauna** vor der Halle zu nutzen ☺

Der Veranstalterstützpunkt in der Halle ist während der gesamten Veranstaltung unter **Tel.: 0151/64322930** erreichbar.

Übersichtskarte Start/Ziel & Parken



Kostenfreier Kurzparkplatz
(NUR Freitag zur Starterpaketabholung,
Samstag ist dort der Start/Ziel Bereich)

Kostenfreier PKW (!) Großparkplatz
(Samstag mit Einweisung Feuerwehr)

Kostenpflichtiger (!) WoMo Stellplatz
Campingplatz



Stadtsteinach, den 11. Mai 2023

2) PARKEN PKW:



Zur Abholung der Starterpakete **am Freitag** könnt ihr direkt an der Steinachtalhalle, Badstraße 4, 95346 Stadtsteinach parken. **Am Samstag** steht ein Großparkplatz zur Verfügung, der sich nur 50m gegenüber der Halle befindet. Dort werdet ihr früh von der Feuerwehr eingewiesen. Sofern erforderlich, werden weitere Parkmöglichkeiten in der Nähe zugewiesen.

3) WOHNMOBILE/WOHNWÄGEN:



Ein Camping-/Wohnmobilstellplatz befindet sich wenige Meter gegenüber der Steinachtalhalle (Badstraße 5, 95346 Stadtsteinach). Bei Bedarf bitten wir um vorherige **Reservierung (kostenpflichtig)**.

Nähere Infos zum Platz sowie eine Buchungsmöglichkeit findet ihr unter <https://www.camping-stadtsteinach.de>

Betreiber ist die Familie Schmidt, Tel.: 09225 / 800394, info@camping-stadtsteinach.de.

4) ABHOLUNG STARTERPAKETE:

Wir haben für euch wieder ein schönes Starterbag gepackt. Ihr könnt euer Starterpaket mit allen wichtigen Unterlagen und Goodies zu folgenden Zeiten **am Veranstalter-Stützpunkt im Foyer der Steinachtalhalle** abholen:

Freitag, 19. Mai 2023 von 14:00 – 21:00 Uhr & Samstag, 20. Mai 2023 von 5:00 – 7:00 Uhr

→ Am **Freitagnachmittag** könnt ihr euch übrigens mit etwas **Kaffee & Kuchen** (Selbstzahlerbasis) in der Steinachtalhalle stärken.

WICHTIG !

- **Bitte bringt zur Starterpaketabholung unbedingt euer Ticket mit – ohne Ticket kein Starterpaket!**
- **DIGINIGHTS-Tickets können sowohl ausgedruckt als auch auf dem Handy vorgezeigt und von uns elektronisch entwertet werden.**
- **Alle anderen Tickets wurden per Post verschickt und müssen uns im Original vorgelegt werden (keine Kopie/Foto!).**
- **Das gleiche gilt, wenn ihr das Starterpaket für eure Mitwanderer abholen wollt.**
- **OBACHT! Mit dem Starterpaket gibt es auch das WM-Bändchen, welches der Zugang zu allen Verpflegungsstationen ist. Das Bändchen muss von UNS mit einer Zange (keine Angst, das tut nicht weh) an EUREM Handgelenk befestigt werden, daher sollten alle Teilnehmer, die sich ihre Starterpakete abholen lassen, bitte am Samstag früh zum Befestigen noch einmal zum Check-In kommen!**

Im Starterpaket erhaltet ihr wieder einen **Mehrweg-Trinkbecher**, den ihr bitte für eure Getränkeaufnahme auf der Strecke am Samstag mitnehmen solltet.

Ebenso enthalten ist dieses Jahr NEU ein **Bonusheft**, in dem verschiedene exklusive Vorteile unserer Partner gesammelt sind.

5) WCs



Im Start/Ziel Bereich gibt es Toiletten

- im UG der Steinachtalhalle
- und am Freibad (gegenüber Großparkplatz)

Auf der Strecke sind ebenso mehrere WC-Möglichkeiten für euch da. Ihr seht im Roadbook, wo sich diese in etwa befinden.



STRECKENVERLAUF & GPX-DATEN

Streckenlänge: Wir haben dieses Jahr eine ca. 42,7 Kilometer lange Marathon-Strecke für euch ausgearbeitet.

Wie immer gibt es über die Strecke verteilt Shuttle-Servicepunkte, die euch helfen sollen, verlorene Zeit wieder aufzuholen bzw. etwas Kraft zu sparen.

Höhenprofil: Neben der Länge der Tour ist – wie jedes Jahr - auch das Höhenprofil der Route nicht zu unterschätzen. Vor allem auf der zweiten Hälfte der Strecke gilt es einige Höhenmeter zu überwinden.

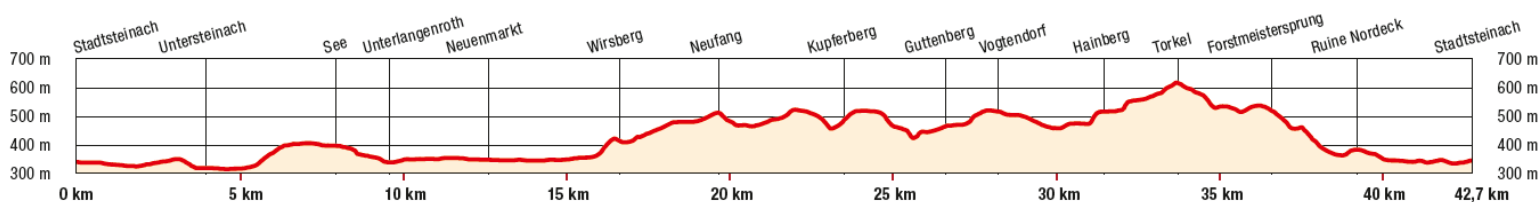
GPS-Daten: Für alle, die schon im Vorfeld die Tour auf ihrem Gerät haben möchten, stehen die GPX-Daten auf unserer Homepage oder unter dem folgenden Link zum Download bereit:

<https://www.frankenwald-tourismus.de/draussen/wandern/wandermarathon/>

Bitte beachten: Es gilt die tagesaktuelle Ausschilderung, die evtl. von der geplanten Route abweichen kann.



Höhenmeterverlauf der Wandermarathonstrecke



Damit ihr in etwa einschätzen könnt, wie ihr zeitlich liegt, findet ihr im Roadbook eine Wanderzeit-Tabelle. Solltet ihr „spät dran“ sein, dann nutzt einfach den Shuttle-Service, um etwas Zeit aufzuholen.

Wanderzeit in Bezug auf die durchschnittliche Wandergeschwindigkeit (WG)

Strecke	Wanderzeit in Bezug auf die durchschnittliche Wandergeschwindigkeit (WG)														
	Stadtsteinach	Untersteinach	See	Unterlangenroth	Neuenmarkt	Wirsberg	Neufang	Kupferberg	Guttenberg	Vogtendorf	Hainberg	Torkel	Forstmeistersprung	Ruine Nordeck	Stadtsteinach
Tempo	0,0 km	4,1 km	7,9 km	9,2 km	12,7 km	16,6 km	19,5 km	23,4 km	26,4 km	28,2 km	31,4 km	33,8 km	36,8 km	39,1 km	42,7 km
WG: 5,5 km/h	07:00	07:45	08:25	08:40	09:15	10:00	10:30	11:15	11:45	12:05	12:45	13:00	13:40	14:00	14:45
WG: 4,0 km/h	07:00	08:00	09:00	09:15	10:00	11:05	11:45	12:45	13:30	14:00	14:50	15:20	16:15	16:45	17:30
WG: 3,0 km/h	07:00	08:20	09:35	10:00	11:00	12:30	13:30	14:45	15:45	16:25	17:30	18:15	19:15	20:00	21:00

SHUTTLE-SERVICE auf der Strecke

Nr.	Telefon/Uhrzeit	Shuttle-Stationen
S1	0151 64322930	Neuenmarkt: Shuttle-Punkt bei Bedarf
S2	11:00 - 13:00 Uhr	Ruine Heilingskirche: Shuttle-Station
S3	12:00 - 14:45 Uhr	Kupferberg: Shuttle-Station
S4	14:00 - 17:45 Uhr	Sandsteinmarter: Shuttle-Station
S5	15:00 - 19:45 Uhr	Steinachtal: Shuttle-Station

Wie jedes Jahr bieten wir unterwegs Shuttle-Punkte an, an denen man während der im Roadbook angegebenen Zeit kostenfrei abgeholt werden kann, um ins Ziel zu gelangen oder an einer anderen Stelle der Strecke wieder auszusteigen (um z. B. etwas Zeit gut zu machen).

Es gibt sowohl feste Shuttle-Punkte, wo ein Fahrzeug wartet oder auch ZBV-Punkte, wo man telefonisch ein Shuttle-Fahrzeug anfordern kann.

VERPFLEGUNG

Für alle Neulinge: Ihr müsst beim Wandermarathon (normalerweise) keine zusätzliche Verpflegung mitnehmen. Es gibt insgesamt 14 Verpflegungsstationen, u. a.:

Leckeres Frühstücks- und Abendbuffet * Obst-Stationen * Energie-Snacks & -shakes * Mittagssuppen * Kaffee, Tee & Kekse * Bier, Schnaps und Wärscht * mehrere Getränkestationen *

An allen Hauptverpflegungspunkten gibt es auch vegetarische/vegane Gerichte. Leider können wir nicht für alle Nahrungsmittelunverträglichkeiten gewappnet sein, wer also eine spezielle Kost benötigt, sollte sich bitte hierauf selbst vorbereiten.

Nr.	Uhrzeit	Verpflegungsstationen
V1	05:00 - 07:00 Uhr	Steinachtalhalle: Frühstücksbuffet
V2	07:45 - 08:15 Uhr	Untersteinach: Ein erster Schluck
V3	08:25 - 09:35 Uhr	See: Vitamin-Haltestelle
V4	08:40 - 10:00 Uhr	Unterlangenroth: LOWA-Snack's
V5	09:15 - 11:00 Uhr	Neuenmarkt: Lokschnitten-Brotzeit
V6	10:00 - 13:00 Uhr	Wirsberg: Kaiser's Früchte naschen
V7	10:30 - 13:30 Uhr	Neufang: Kuck und Snack
V8	11:15 - 14:45 Uhr	Kupferberg: Mittagssuppen
V9	11:45 - 15:45 Uhr	Guttenberg: Steh-Kaffee
V10	12:45 - 17:30 Uhr	Hainberg: Bier, Brot und Wärscht
V11	13:00 - 17:55 Uhr	Sandsteinmarter: Zunderschwamm-Cocktail
V12	13:50 - 19:30 Uhr	Steinachtal: Honig und Tschai
V13	14:00 - 19:45 Uhr	Ruine Nordeck: Nordeck-Trunk
V14	17:00 - 21:00 Uhr	Steinachtal: Abendbuffet

MARATHON – JA, ABER KEIN WETTKAMPF!

Auch wenn es eine große sportliche Leistung ist, 43 Kilometer zu wandern, geht es beim Frankenwald Wandermarathon nicht um Bestzeiten oder Platzierungen! Ziel ist es, die ausgesuchten Wanderwege, die Natur und die Stationen entlang der Strecke zu genießen und anzunehmen.

Die Stationen sind während der im Roadbook angegebenen Zeiten besetzt. Wer zu schnell unterwegs ist, läuft Gefahr, noch nicht besetzte Verpflegungspunkte zu haben und auch im Ziel läuft erst ab 16:00 Uhr das reguläre Programm.

Daher genießt die Natur und die Stationen und hetzt nicht über die Strecke!

MARKIERUNG

Die Strecke führt in der Regel über markierte Wanderwege. Die Wandermarathon-Route ist komplett mit eigenen Markierungszeichen für euch bestückt und zwar so, dass die Markierungen nahezu „auf Sicht“ sind. So merkt ihr relativ schnell, wenn ihr ggf. im Gespräch vertieft mal den Abzweig verpasst habt. Dann einfach kurz zurück laufen, bis ihr die Markierungen wieder seht.

Sollten tatsächlich Markierungszeichen fehlen bzw. abhanden gekommen sein, meldet dies und euren Standort beim Wanderstützpunkt, wir kümmern uns schnellstmöglich um Nachbesserung!

OBACHT, nicht verwirren lassen: wir haben dieses Jahr 2 verschiedene Pfeil-Farben im Einsatz. Diese haben jedoch keine Bedeutung für euch, egal ob grau, orange oder rot - einfach in die angezeigte Richtung laufen.



SCHLUSSWANDERER

Wie jedes Jahr begleitet ein Schlusswanderer-Team die Veranstaltung. Sie achten zum einen darauf, dass niemand verloren geht und auch darauf, evtl. Überforderungen zu vermeiden. Ebenso übernehmen sie gleich die Abmarkierung der Strecke. Somit immer VOR den „Besenwanderern“ bleiben und u. U. auch mal dem Rat zum Shuttlen von ihnen annehmen ;-).

IM ZIEL

Im Ziel gibt es dann einen herzlichen Empfang vor der Halle und ein Finisher-Geschenk aus Stadtsteinach. Ebenso haben wir eine Fotobox für euer ganz individuelles Finisher-Foto aufgestellt. In der Halle könnt ihr euch ab 17:00 Uhr am großen Abendbuffet ausgiebig stärken.

Umkleiden/Duschen: In der Halle gibt es kostenlose Umkleide- und Duschkmöglichkeiten.

Massagen: Um die erschöpften Muskeln wieder etwas zu beleben, bietet ein zehnköpfiges Team der medfachsule Johannesbad aus Bad Elster von 16:00 bis 21:00 Uhr in der Halle kostenlose (Trinkgelder sind erlaubt) Massagen an.

Sauna: Unser Partner – die Fichtelsauna – stellt nur für euch eine Fass-Sauna auf, in der ihr euch nach eurer Wanderung kostenlos entspannen könnt. Betriebszeit ist von 16:00 bis 21:00 Uhr.

GET TOGETHER

Gemeinsames Abendessen am Freitag, 19.05.2023

Einige von euch haben sich bereits für das gemeinsame „Get Together“ am Freitagabend angemeldet.

Dieses findet am 19.05. zwischen 18:00 – 21:00 Uhr in der **TSV Sportgaststätte**, Deinhardsmühle 4, 95346 Stadtsteinach statt.

Wer kurzfristig noch mit dabei sein möchte und sich in gemütlicher Runde bei Speis & Trank mit den anderen Wandermarathon-Teilnehmern austauschen möchte, ist herzlich willkommen. Nachmeldungen sind noch bis kommenden Freitag, 12.05. möglich. Das Bestellformular findet ihr anbei.

WICHTIGE TELEFONNUMMERN

Während der gesamten Veranstaltungsdauer ist das Stützpunkt-Telefon in der Steinachtalhalle besetzt und für euch unter **Tel. 0151 64322930** erreichbar. Wenn ihr euch verlaufen habt, Probleme habt, einen Sonder-Shuttle braucht etc, meldet euch einfach dort. Auch kleinere medizinische Wehwehchen könnt ihr hier melden, wir verständigen die im Einsatz befindlichen Rettungskräfte.

Bei einem echten medizinischen Notfall jedoch nicht lange zögern und die 112 wählen!

KEIN START MÖGLICH?

Da wir mit einem gewissen Teilnehmerfeld kalkulieren müssen und entsprechend auch Ausgaben hierfür getätigt haben, ist keine Stornierung der Tickets möglich. Es besteht jedoch die Möglichkeit, über die Facebook-Gruppe „Frankenwald Wandermarathon Tickettauschbörse“ seinen Startplatz an Interessierte weiterzugeben. Auch eine Weitergabe an Freunde/Bekannte/Verwandte ist problemlos möglich.

NOCH FRAGEN ?

Habt ihr noch Fragen? Dann ruft uns an unter Tel. 09261/6015-10 oder schreibt uns eine Nachricht an zentrale@frankenwald-tourismus.de. Ab Mittwoch, 17. Mai, sind wir jedoch fast ausschließlich nur noch mobil erreichbar, da wir schon vor Ort sind, aufbauen, markieren und weitere Vorbereitungen für euch treffen.



WIR FREUEN UNS AUF EUCH!
Euer Wandermarathon Orga-Team

