

Reglement: Mit der Anmeldung zum Hochkönigman akzeptiert der Teilnehmer das Reglement, der Austrian Trail Running Association(ATRA) welches [hier](#) zu finden ist.

Termin: 02.06.2018(Startaufstellung 30 Minuten vor dem Start)

Start: **Easy Trail:** Samstag 02.06.2018 - 17:00 Uhr

Distanz: ca. 9,3km, ca. 300hm+([zur GPS Datei](#))

Start- und Zielort: Maria Alm Ortszentrum

Zeitlimit: **Easy Trail:** 1,5 Stunden

Verpflegung-Kontrollpunkte-CutOff Zeiten

1 Verpflegung ca. 3km, ca. 100hm+ Rohrmoos 02.06. 17:30 Uhr

Bananen; Orangen; Wassermelonen; Tomaten; Gurken; Salz; Brezeln(Soletti); Marmorkuchen; Waffel; Haribo Goldbären; Fruchtmus von Efko; Nussstangen Bäckerei Bauer; Brot Bäckerei Bauer; Tee; Wasser; Elektrolyt Melasan Nutriose

2 Verpflegung ca. 6km, ca. 300hm+ Kronreith 02.06. um 18:00 Uhr

Wasserkanister

Aufgrund des Umweltschutzes befindet sich weder bei den Verpflegungsstellen noch bei den Checkpoints Becher, daher ist wie in der Pflichtausrüstung angegeben ein eigener Trinkbecher mitzuführen. Auf den Strecken befinden sich genügend Wasserstellen(Bäche, Brunnen). Zusätzlich sollte für einen eventuellen Hüttenbesuch etwas Kleingeld eingesteckt werden.

Nach Rennabbruch ist jeder Teilnehmer für den Rücktransport zum Start/Ziel Gelände oder in seine Unterkunft verantwortlich. Falls Sie Leistungen wie den Wanderbus, Sommerbahn usw. kostenlos oder stark ermäßigt nutzen wollen, achten Sie bei der Buchung Ihrer Unterkunft darauf, dass diese auch Partnerbetrieb der Hochkönigcard ist. Alle Leistungen der Hochkönigcard finden Sie auf www.hochkoenig.at Bei Rennabbruch ist jeder Teilnehmer verpflichtet die Rennleitung unter der vom Veranstalter angegebenen Telefonnummer 0043 676 5509794 per SMS zu informieren. Bei Notfällen muss ein Anruf unter der genannten Nummer 0043 676 5509794 mit Angabe des Notfalls erfolgen, der Veranstalter informiert die zuständigen Bergrettung.



Der Veranstalter und sein Team haben die Verantwortung für den ordentlichen und gefahrlosen Rennablauf, daher ist dem Veranstalterteam, Bergführern, gesetzlichen Organen, Ärzten und Sanitätern, Streckenposten und Betreuer der Livepoints/Verpflegungsstellen Folge zu leisten. Wird von Veranstalterseite ein bedenklicher Gesundheitszustand durch medizinisches Personal festgestellt, dann kann der Teilnehmer aus dem Rennen genommen werden.



Durchlaufzeiten des führenden Läufers sind:

Easy Trail: Rohrmoos: ca. 17:15 Uhr; Kronreith: ca. 17:30 Uhr
Ziel/Maria Alm: ca. 17:45 Uhr

(Bitte beachten, dass die Durchlaufzeiten sich aufgrund der Wettersituation wie hohe Temperaturen über 25 Grad oder Schnee um ca. 1-2 Stunden später sein können)

Teilnehmerlimit 2018: Easy Trail 500 Teilnehmer

Qualifizierung:

Für den **Easy Trail** gibt es für 2018 keine Qualifizierungslauf. Jedoch wird Trittsicherheit im Gelände unbedingt empfohlen.

Wir empfehlen für den **Easy Trail** mindestens 6-10 längere Läufe in eine 12 Wochen Vorbereitung von 2 Stunden zu absolvieren. Die Nahrungsaufnahme zu trainieren und um das Gewicht des Trinkrucksacks zu gewöhnen auch mit vollem Trinkrucksack und Pflichtausrüstung zu trainieren. Für ein erfolgreiches absolvieren des Hochkönigman können Sie sich auch **hier** Ihren individuellen Trainingsplan erstellen lassen.

Ein Start für Teilnehmer unter 14 Jahren ist nur mit Einverständniserklärung des Erziehungsberechtigten möglich. Die Einverständniserklärung muss bis 27.05.2018 an folgende E-Mail gesendet werden, an sonst ist ein Start nicht möglich: office@bjak.at

Organisationsbeitrag & Anmeldung:

<https://www.hochkoenigman.at/de/>

Strecke	Easy Trail
Frühbucher bis 31.10.2017	€ 20,-
Bis 31.01.2018	€ 30,-
Bis 27.05.2018	€ 40,-

Nachmeldung vor Ort + € 10,-

Nachmeldung vor Ort bei der Startnummernabholung: **01.06.2018 von 12:00 bis 23:00 Uhr und am 02.06.2018 von 10:00 bis 16:00 Uhr**



Dieser beinhaltet:

- Hochkönigman Teilnehmershirt
- Goody Säckchen
- Finisher Medaille
- Gutschein für Carbo Loading von Freitag 01.06. 18:00 Uhr bis Samstag 02.06.2018 21:00 Uhr (Im Rahmen der Öffnungszeiten des Hotels Niederreiter)
- Volle Wasserkanister
- Verpflegung bei den Verpflegungsstellen
- Verpflegung bei der Ziel- & Starttabelle
- ordentliche Streckenmarkierung
- Startnummer + Chip (keine Miete, keine Kaution) in der Startnummer
- Ergebnislisten spätestens 48 Stunden nach Veranstaltungsende
- Medizinische Versorgung im Start/Ziel Bereich
- Umkleide und Duschkmöglichkeit
- Urkundenservice (Raceresult)
- Zeitnehmung bei Raceresult



Hochkönigman Party & Gratis Livekonzert(Überraschungsband)

Sportograf Fotoservice für die Teilnehmer (Bilder können nach dem Event erworben werden)

Umkleide und Duschen: Volksschule Maria Alm, Urchen 17

Massage: Ist im Zielbereich ausgewiesen.

Startnummernabholung:

Easy Trail am Freitag 01.06.2018 von **12:00 bis 23:00 Uhr** und am **02.06.2018 von 10:00 bis 16:00 Uhr** im **Hotel Niederreiter direkt am Startgelände**

Racebriefing:

Racebriefing **Easy Trail** im Startgelände direkt vor dem Start

Medizinischer Bereich, Organisationsbüro: Hotel Niederreiter

Wertung:

Platz 1-3 bei Männer, Frauen der Gesamtwertung und Altersklassenwertung

Unter 16

Unter 20

Unter 30

Unter 40

Unter 50

Unter 60

Über 60, Altersgrenze ist das Alter bis zur Veranstaltung tolle

Sachpreise

Ergebnislisten spätestens 48 Stunden nach Veranstaltungsende

Zeitmessung: www.raceresult.com



Disqualifikation:

Bei fehlender Pflichtausrüstung, bei Abschneiden, bei Verunreinigung der Natur, bei unfairen Verhalten anderen Teilnehmern gegenüber, bei nicht einhalten der Anweisungen des Veranstalterteams (Helfer, öffentliche Organe, Sanitäter, Ärzte, Streckenposten), bei Betreuung, Begleitung und Verpflegung durch eigene Betreuer wird ausnahmslos disqualifiziert.

Sicherheits- & Pflichtausrüstung:

Die Sicherheitsausrüstung richtet sich laut Anforderungen der Austrian Trail Running Association(ATRA), wobei es den Veranstaltern des Hochkönigsmans obliegt die Sicherheitsausrüstung den Gegebenheiten von Strecke und Wettersituation anzupassen! Infos zu den offiziellen Richtlinien finden Sie auch auf der Homepage der Austrian Trail Running Association(ATRA): www.trailrunning-verband.at



Easy Trail:

Klappbecher(wird für heiße Getränke wie Tee empfohlen) oder Trinkgefäß(Flasche, etc.)
Handy mit eingeschaltetem Klingelton und Notrufnummer des Veranstalters 0043 676 5509794

Tolle Ausrüstungsgegenstände und Pflichtausrüstungspakete finden Sie auch auf unserer Partnerseite dem besten Trailshop: www.trailshop.at

Ernährung:

Gels und Riegel **müssen** mit der eigenen Startnummer ausgezeichnet was auch bei der Ausrüstungskontrolle kontrolliert wird. Der Veranstalter stellt bei der Ausrüstungskontrolle Beschriftungsmaterial zur Verfügung.

Spezielle Ernährung findest Du auch in unserem Trailshop www.trailshop.at

Optional:

Trailrunning-Stöcke, Salztabletten, Aminosäuretabletten, ..., wobei die Trailstöcke vom Start bis zum Ziel mitgetragen werden müssen.

Die Pflichtausrüstung wird im Startbereich(Starnummernabholung) Stichprobenartig kontrolliert.

Wichtig-Streckenmarkierung laut ITRA Security Guide:

Die Trail Strecke wird von einem erfahrenen und kompetenten Markierungsteam mit Kreidespray, Schildern, Bändern, Fähnchen. Nachts mit Reflektorspray, usw. markiert. Ein Anspruch auf eine durchgehende Markierung der Strecke, die eine eigene Orientierung im alpinen Gelände überflüssig machen würde, besteht jedoch nicht. Insbesondere nach Einbruch der Dunkelheit, bei starken Regenfällen, bei Schneefall oder sonstigen ungünstigen Witterungsverhältnissen kann die Markierung verschwunden, überdeckt oder nicht rechtzeitig erkennbar sein, weshalb jeder Teilnehmer den Streckenplan mitführen muss. Dazu wird vom Veranstalter die Marathon Trail GPS Datei zum Download zur Verfügung gestellt und es wird ein GPS Gerät für die Orientierung empfohlen. Leider kann es manchmal der Fall sein, dass die Markierungen von Dritten entfernt werden. Die Markierungen werden abschnittsweise von den Schlussläufern unmittelbar NACH Ablauf des Zeitlimits abgebaut. Die Strecke ist dann NICHT mehr markiert.

ACHTUNG: Die Bergkosten werden nicht vom Veranstalter, Grundeigentümern, etc. getragen und müssen vom Verunfallten bezahlt werden. Daher ist eine Versicherung für Berg Unfälle auf jeden Fall zu empfehlen. Dazu unterzeichnet jeder Teilnehmer bei der Startnummernabholung eine Haftungsausschlusserklärung.



ACHTUNG:

Trailrunningveranstaltungen finden in der Natur statt, führen durch

Naturschutzgebiete und über bestehende Pfade, Wege, Schotterstraßen, Forststraßen, über öffentliche und private Wege. Die Straßenverkehrsordnung ist einzuhalten und bei Gegenverkehr links zu laufen. Beim Durchqueren von öffentlichen Wegen und Privatbesitz ist Ordnung zu halten. Bei unfairem Verhalten zu anderen Teilnehmern, verweigerter Hilfeleistung bei Not anderer Teilnehmer und Verunreinigung der Natur ist mit einer sofortigen Disqualifikation seitens des Veranstalters zu rechnen. Fehlen Gegenstände der vorgeschriebenen Pflichtausrüstung bei der Kontrolle vor dem Start, dann können diese wenn möglich noch vor dem Start nachgebracht werden, ansonsten ist ein Start beim Hochkönigman nicht möglich. Fehlen die Gegenstände bei einer Kontrolle auf der Strecke so wird der Veranstalter diesen Teilnehmer aus dem Wettkampf nehmen.



Haftungsausschluss:

Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung für Schäden an Personen und Eigentum. Dies gilt auch für abhanden gekommene Bekleidungsstücke oder andere Gegenstände. Mit Empfang der Startnummer erklärt jeder Teilnehmer verbindlich, dass gegen seine Teilnahme keine gesundheitlichen Bedenken bestehen.

Jeder Teilnehmer erkennt den Haftungsausschluss der Veranstalter für Schäden jeder Art an und wird weder gegen die Veranstalter und Sponsoren des Veranstalters noch gegen die Gemeinden und Privatbesitzer durch deren Gebiet die Rennen führen oder deren Vertreter Ansprüche wegen Schäden und Verletzungen jeder Art geltend machen, die durch die Teilnahme entstehen könnten. Jeder Teilnehmer erklärt, dass er für die Teilnahme an diesem Wettbewerb ausreichend trainiert habe, körperlich gesund ist und ihm sein Gesundheitszustand ärztlich bestätigt wurde. Der Rennarzt, Rettungskräfte und die Rennleitung sind befugt, offensichtlich körperlich und geistig geschwächte Teilnehmer aus dem Rennen zu nehmen. Jeder Teilnehmer ist damit einverstanden, dass die in seiner Anmeldung genannten Daten, die von ihm im Zusammenhang mit seiner Teilnahme am Hochkönigman gemachten Fotos, Filmaufnahmen und Interviews im Rundfunk, Fernsehen, Werbung, Büchern, fotomechanischen Vervielfältigungen - Filme, Videokassetten etc. – ohne Vergütungsansprüche seinerseits genutzt werden dürfen.

Jeder Teilnehmer versichere, dass sein angegebenes Geburtsjahr richtig ist und dass er seine Startnummer an keine andere Person weiter geben werde. Bei Nichtantritt besteht kein Anspruch auf eine Rückerstattung des Nenngeldes (Hinweis lt. Datenschutzgesetz: Ihre Daten werden maschinell gespeichert). Jeder Teilnehmer akzeptiere, auch im Falle eine nichtvorhandenen Mitgliedschaft zu einem Verein oder Verband, sämtliche Anti-Doping Bestimmungen (Dopingkontrollen) der ATRA.

Der Hochkönigman findet nach den Richtlinien der Austrian Trail Running Association(ATRA) statt. Der Teilnehmer findet die Richtlinien der ATRA hier auf der Homepage des Österreichischen Verbands www.trailrunning-verband.at und verpflichtet sich nach den Richtlinien der ATRA zu halten.

Das Team um den Hochkönigman wünscht den Teilnehmern erfolgreiches finishen, viel Erfolg und ein tolle Trailrunnerlebnis rund um den Hochkönig.

Änderungen auch kurzfristig vorbehalten!

Der Veranstalter

Thomas Bosnjak

B'jaks Trail- & Runningshop

J.E. Habert-Strasse 14

4810 Gmunden Österreich

www.trailshop.at

www.traunstoatrails.at

