



presented by



## REGLEMENT

### PLAN B TRAILGAME presented by SALOMON 2020

#### 1. VERANSTALTUNGSCHARAKTER/TEILNAHMEBEDINGUNGEN

Was ist PLAN B TRAILGAME presented by SALOMON, wer darf mitmachen und wie sind die Voraussetzungen?

Mit dem PLAN B TRAILGAME presented by SALOMON feiert eine Ultratrail-Veranstaltung Premiere, die es in dieser Form so noch nicht in Deutschland gibt. Das Renn-Format erinnert an ein Ausscheidungsrennen. Gelaufen wird auf einer 12,5-Kilometer-Runde, die Anzahl der Runden variiert je nach der gewählten Distanz. Das Besondere daran ist, dass jede Runde in maximal 125 Minuten absolviert sein muss, wer langsamer ist, der ist aus dem Rennen. Maximal acht Runden sind beim ULTRATRAIL zu laufen. Abgerechnet wird aber erst zum Schluss. Kondition und taktisches Gespür sind bei diesem Renn-Format gefragt. Neben der Königsdisziplin, steht noch der PLAN B TRAIL mit 50 Kilometern auf der möglichen Agenda. Dazu gibt's noch Läufe über 3, 2 oder 1 Runde(n) zum TRAILGAME Atmosphäre schnuppern.

Grundsätzlich gilt: jeder ist als Einzelstarter unterwegs und muss mindestens 18 Jahre alt für den ULTRATRAIL, PLAN B TRAIL und 3-Runden sein, bei den 2-Runden und 1-Runde Rennen ist das Mindestalter bei 16 Jahren.

Bei allen Strecken sind zum Teil technisch sehr schwierige Passagen enthalten, daher ist absolute Trittsicherheit auf Wegen und Steigen sehr wichtig. Außerdem sollte jeder Teilnehmer Streckenpassagen gewachsen sein, die seilversicherte Abschnitte beinhalten. In Zeiten des Smartphones kennt sich nahezu jeder mit topografischen Karten und GPS-Technik aus. Wichtig: Auch ohne Technik muss sich jeder im Gelände orientieren können, selbst wenn das Wetter und die Sicht schlecht sind.

Mit der Unterschrift der Haftungserklärung bestätigt jeder seine volle Sporttauglichkeit. Daher bitten wir um große Eigenverantwortung und auf eigene Rücksichtnahme. Im Zweifel raten wir daher bei Krankheiten oder Verletzungen nicht an den Start zu gehen.

Die hier von uns aufgelisteten Punkte sind nicht abschließend, sondern gelten vielmehr als Beispiele und allgemeine Erfahrungswerte.

#### 2. AUTONOMIE DER TEILNEHMER

Auf der Strecke kann es auch einsam werden, hier ist jeder völlig auf sich alleine gestellt. Das heißt: Jeder Teilnehmer muss sich aus eigener Kraft auf der Strecke orientieren können - ohne Hilfe von außen. Dies heißt auch, dass jeder genügend Verpflegung (Getränke und Essen) dabei haben muss.

#### 3. INFOS ZUM RUNDKURS

Eine Garantie für schönes Wetter gibt's nicht. Deshalb gilt: Wenn das Wetter verrückt spielt und die Sicherheit nicht mehr gewährleistet ist, können Streckenabschnitte auch kurzfristig geändert bzw. durch Alternativrouten ersetzt werden. Alle Infos auf der [Homepage](#).

#### 4. WERTUNGSKATEGORIEN

Folgende Wertungskategorien sind für den ULTRATRAIL, PLAN B TRAIL und 3-Runden ausgeschrieben:

- MEN und WOMEN
- MASTER MEN und MASTER WOMEN (ab 40 Jahre)
- SENIOR MASTER MEN und SENIOR MASTER WOMEN (ab 50 Jahre)

Folgende Wertungskategorien sind für die 2-Runden und 1-Runde ausgeschrieben:

- JUNIOR W | JUNIOR M (16 und 17 Jahre)
- MEN und WOMEN
- MASTER MEN und MASTER WOMEN (ab 40 Jahre)
- SENIOR MASTER MEN und SENIOR MASTER WOMEN (ab 50 Jahre)

In den Altersklassen gilt: Stichtag ist der Starttag des Events. Sollte die Mindestteilnehmerzahl von 15 Startern pro Kategorie nicht erreicht werden, werden die betroffenen Teilnehmer mit einer anderen Kategorie zusammen gewertet.



PLAN B WE SHARE YOUR PASSION

## 5. BEKLEIDUNG/AUSRÜSTUNG

Die folgende Pflichtausrüstung wird bei guten Bedingungen nicht benötigt. Bei widrigsten Bedingungen kann jedoch der Rennleiter eine Pflichtausrüstung anordnen, daher sollte jeder Teilnehmer die folgende empfohlene Ausrüstung am Wettkampftag vor Ort verfügbar haben.

Folgende Ausrüstung wird empfohlen und kann als Pflichtausrüstung teilweise oder komplett zum Einsatz kommen:

- Trailrunning-Schuhe mit Profilsohle, die für das Laufen im alpinen Gelände geeignet sind
- Laufrucksack
- Regenbekleidung bzw. Überbekleidung als Regenschutz (mind. wasserdichte Regenjacke)
- Warme Kleidung (Oberteil und lange Hose bzw. Beinlinge) als isolierende Zwischenschicht unter der Überbekleidung (für schlechte Witterung, die überraschend einsetzen kann)
- Handschuhe und Mütze
- Wasserbehälter mit mindestens 1,0 Liter Fassungsvermögen
- Notfallausrüstung (1xKompressen 10x10, 2 Verbandspäckchen, 2x Handschuhe, 1x Dreieckstuch, 4x Wundpflaster,
- Rettungsdecke, Pfeife)
- Navigationsuhr mit eingespeichertem GPS-Track der gewählten Strecke oder alternativ Streckenkarten in gedruckter Version
- Mobiltelefon

Folgende Ausrüstung bzw. Regeln bei Mitnahme sind jedoch **verpflichtend**:

- Trinkbehälter zur Aufnahme der Getränke an den Verpflegungsstellen sowie im Ziel
- Beschriftung von Verpackungen mittels der Startnummer
- Stirnlampe (betrifft alle Distanzen die laut aktuellem Programm vor Sonnenaufgang bzw. nach Sonnenuntergang ihre Runden absolvieren)

Unser Tipp: Sonnencreme, Fettcreme gegen Wundscheuern, Sonnenbrille, Stöcke, eigene Verpflegung und etwas Kleingeld

## 6. STARTNUMMER

Die Startnummer, die nicht übertragbar ist, bekommt jeder Teilnehmer an der Registrierung gegen Abgabe der unterschriebenen Haftungserklärung (vorheriger Download in der Anmeldemaske) und Vorlage des jeweiligen Personalausweises. Die Startnummer muss während des Rennens komplett sichtbar sein und darf nicht abgenommen werden.

## 7. ZEITNAHME

Ein Transponder-Chip an der Startnummer übermittelt eure Laufzeit. Sollte er nicht funktionieren oder verloren gegangen sein, muss dies sofort Race-Office mitgeteilt werden.

## 8. BRIEFINGS/START

Am Start findet das Streckenbriefing statt. Hier werden alle Besonderheiten der Strecke mitgeteilt. Die Teilnahme an den Briefings ist für alle verpflichtend. Die Startaufstellung beginnt 45 Minuten vor der offiziellen Startzeit.

## 9. NEUTRALISIERTER START

Sollte es einen neutralisierten Start geben, ist das Überholen des Führungsfahrzeuges in dieser Zeit nicht erlaubt.

## 10. MARKIERUNG DER STRECKE

Die Route wird vom unserem erfahrenen Streckenteam mit Kreidespray, Schildern, Trassierbändern, Fähnchen usw. ausgeschildert. Leider kann es vorkommen, dass Markierungen von Dritten entfernt werden, verschwinden oder bei Nebel oder Schneefall verdeckt sind. Wir bitten hier um Verständnis. Direkt nach Ablauf des Zeitlimits ist die Strecke gesperrt, daher werden auch zeitnah die Markierungen der Strecke entfernt.

## 11. KONTROLLSTELLE

Ärztliche Kontrollstelle - MEDICAL CHECK – Triage:

Jeder ist verpflichtet, den ärztlichen Checkpoint (Triage) nach der Runde 4 im Zielbereich aufzusuchen und den Anweisungen des medizinischen Personals Folge zu leisten. Bei Auffälligkeiten hinsichtlich der psychischen und/oder physischen Leistung können einzelne Teilnehmer zum ärztlichen Check aufgefordert werden. Hier bekommt ihr aber auch Hilfe oder Ratschläge.

## 12. RUNDENZEIT/ZIEL

Wer die Runde nicht innerhalb des Zeitlimits beenden kann, ist außerhalb der offiziellen Wertung. Das Zeitlimit kann auf der [Homepage](#) eingesehen werden. Der Veranstalter kann die Zeitlimits jederzeit anpassen, z.B. aufgrund von Witterungsbedingungen. Rennleiter, Streckenchef, die Mitarbeiter der Kontroll- und Verpflegungsstellen und die Medical Crew dürfen euch aus dem Rennen nehmen.

## 13. AUSSCHIEDEN AUS DEM RENNEN

Sollte ein Teilnehmer aus dem Rennen ausscheiden, muss sich dieser unverzüglich bei der Medical Crew unter der Rufnummer **+49 151 550 101 48** abmelden, da sonst eine möglicherweise teure und aufwendige Suchaktion auf Kosten des Teilnehmers eingeleitet wird. Nach dem Ausscheiden besteht kein Anspruch auf einen Transfer.

## 14. ZEITSTRAFEN UND DISQUALIFIKATION

Bei Regelverstößen können Zeitstrafen zwischen 5 und 120 Minuten ausgesprochen werden oder es kann sogar zu Disqualifizierungen kommen. Hinweis: in diesem Fall wird das Startgeld nicht erstattet. Um das zu vermeiden, müssen die folgenden Punkte beachtet werden:

Jeder ist verpflichtet die PLAN B TRAILGAME presented by SALOMON-Regeln einzuhalten (s. Punkt 19). Genauso müssen die Voraussetzungen unter Pkt. 1 des Reglements erfüllt werden. Niemand sollte gesundheitliche Probleme haben oder verbotene Substanzen (Doping) einnehmen. Alle Anweisungen des offiziellen Personals müssen beachtet werden, ebenso wie die Straßenverkehrsordnung. Die Pflichtausrüstung, sollte diese vom Rennleiter angeordnet werden, muss während des gesamten Rennens mitgeführt werden, hier darf auf der Strecke keine Kontrolle verweigert werden. Selbstverständlich darf die Umwelt nicht verschmutzt werden, außerdem ist es verboten die Strecken abzukürzen (alle Kontrollstellen müssen passiert werden). Gegenseitige Hilfe im Notfall ist selbstverständlich.

## 15. MEDIZINISCHE NOTFALLVERSORGUNG (MEDICAL CREW)

Start-/Zielbereich: Die Gesundheit liegt uns am Herzen. Jeweils eine Stunde vor jedem Start und eine Stunde nach dem letzten Läufer kann der medizinische Service der MEDICAL CREW in Anspruch genommen werden. Nachdem der Andrang groß sein kann, ist es wichtig rechtzeitig da zu sein, sonst besteht kein Anspruch einer medizinischen Versorgung.

Während des Rennverlaufs: Sicherheit geht über alles. Deshalb stehen auf der Strecke bis zum letzten Teilnehmer Kräfte der MEDICAL CREW und/oder von öffentlichen Rettungsorganisationen bereit. Sollte jemand in Not geraten, muss umgehend die medizinische Info-Hotline kontaktiert werden. Jeder Teilnehmer ist verpflichtet, Erste Hilfe zu leisten. Keine Sorge: der Zeitverlust wird wieder gutgeschrieben.

In der Natur gibt es immer wieder unvorhergesehene Umstände, die eine unmittelbare Hilfeleistung verzögern. Jeder wird hier gefordert – durch Eigenverantwortung und Selbstdisziplin. Im besten Fall wird das Rennen an einer Kontroll- oder Versorgungsstelle beendet. Die MEDICAL CREW darf jederzeit Teilnehmer disqualifizieren und aus dem Rennen nehmen, die nicht mehr in der Lage sind, das Rennen aus eigener Kraft oder nur mit einer drohenden Gesundheitsgefährdung und/oder Gefährdung des eingesetzten Streckenpersonals bzw. der MEDICAL CREW zu beenden.

Was darf die MEDICAL CREW noch? Zunächst darf sie Teilnehmer unter medizinischen Aspekten untersuchen und die Pflichtausrüstung kontrollieren, Teilnehmer mit den geeigneten Transportmitteln abtransportieren oder evakuieren und direkt oder über die öffentliche Rettung in das nächstgelegene geeignete Krankenhaus bringen, falls es der Zustand erfordert.

Kosten für einen möglichen Einsatz zur geeigneten Bergung außerhalb der Dienste der MEDICAL CREW fallen dem Teilnehmer zu Lasten.

**MEDIZINISCHE INFO-HOTLINE: +49 151 550 101 48**

### **EURO-NOTRUF 112**

Die medizinische Info-Hotline steht u.a. auf den Streckenplänen und der Rückseite der Startnummer. Sollte die medizinische Info-Hotline nicht erreichbar sein, ist unverzüglich die Notrufnummer 112 zu kontaktieren.

## 16. DOPING

Jeder Fall von Doping führt zur sofortigen Disqualifikation des entsprechenden Teilnehmers. Verboten sind intravenöse Infusionen ohne medizinische Ausnahmegenehmigung, auch bei einer belastungsinduzierten Dehydratation. Über gerechtfertigte medizinische Anwendungen entscheidet der Rennarzt nach dem Regelwerk der WADA. Dopingkontrollen sind jederzeit möglich.

## 17. HILFE VON AUSSEN

Nur bei Stürzen, Verletzungen oder anderen Notsituationen dürfen Läufer während des Rennens Hilfe von Zuschauern, Betreuern oder anderen Teilnehmer annehmen. Natürlich gibt es auch Ausnahmen. Annehmen dürft ihr Verpflegung, Getränke oder Ersatzkleidung durch am Wegesrand stehende Begleiter sowie medizinische Hilfe.

## 18. UMWELT/NATURSCHUTZ

Trailrunner sind keine Umweltverschmutzer. Deshalb: Abfall nur an den Verpflegungsstellen entsorgen und die Natur nicht vorsätzlich beschädigen.

## 19. DIE PLAN B TRAILGAME PRESENTED BY SALOMON-REGELN

Das Event findet auf öffentlichen und nicht gesperrten Straßen, Forststraßen, Wanderwegen oder auch alpinen Steigen statt.

Die Teilnehmer müssen sich jederzeit an die Straßenverkehrsordnung halten. Alle Teilnehmer müssen den Anweisungen der Polizei und des offiziellen Streckenpersonals Folge leisten.

Abseits der offiziellen Route kann teilweise Absturzgefahr herrschen, weshalb Abkürzungen (auch das „shortcutting“ von Spitzkehren etc.) oder selbst gewählte Wegvarianten verboten sind. Jeder Teilnehmer läuft auf eigene Gefahr.

Wenn's unübersichtlich oder gefährlich wird, bitte die notwendige Vorsicht walten lassen. Der Veranstalter darf auf gefährlichen Wegabschnitten entsprechende zusätzliche Maßnahmen ergreifen. Eine Verpflichtung besteht für den Veranstalter jedoch nicht.

Die Betreuung aus einem fahrenden Begleitfahrzeug oder auch vom Fahrrad ist verboten. Beeinträchtigungen des Rennverlaufs durch Begleitfahrzeuge jeglicher Art können mit Zeitstrafen oder Disqualifikation des unterstützten Teilnehmers geahndet werden. Falls Begleitfahrzeuge auf den für öffentlichen Verkehr gesperrten Streckenabschnitten angetroffen werden, führt dies umgehend zur Disqualifikation des zu unterstützenden Teilnehmers.

Begleitern einzelner Teilnehmer oder Teams ist es aus naturschutzrechtlichen Gründen strengstens untersagt, die Strecke und die umliegende Natur zu verschmutzen oder zu beschädigen. Dazu zählt insbesondere das Besprühen oder Bemalen der Strecke. Bei Verstoß führt dies umgehend zur Disqualifikation der Teilnehmer, welche unterstützt wurden oder unterstützt werden sollten.

Sofort disqualifiziert wird, wer Abfall wie Verpflegungsverpackungen, Flaschen oder Getränkebecher in der Natur statt an den Verpflegungsstellen entsorgt.

Pro Runde gibt es ein festgelegtes, fixes Zeitlimit. Jeder muss innerhalb dieser Zeit die Runde beenden, um bei der nächsten Runde an den Start gehen zu dürfen. Wer die Runde nicht innerhalb dieser Zeit beenden kann ist außerhalb der Wertung, darf bei der nächsten Runde nicht mehr an den Start gehen und gilt somit nicht als Finisher. Nach jeder Runde gibt es eine Ruhezeit, die Dauer der Ruhezeit kann auf unserer Homepage eingesehen werden.

Fixe, mechanische Verbindungen zwischen den Läufern sind aus Sicherheitsgründen verboten.

Es gilt unter allen Teilnehmern das Gebot der Rücksichtnahme, Sportlichkeit und Fairness.

## 20. PROTEST UND JURY

Jeder Teilnehmer kann bei Regelverstößen anderer Teilnehmer oder gegen Entscheidungen der Rennleitung bis zu einer Stunde nach Zielschluss Protest im Race Office einlegen und Zeugen benennen. Eine Jury entscheidet dann innerhalb von 24 Stunden den Protest. Sämtliche benannten Zeugen müssen dazu erscheinen. Die Protestgebühr beträgt € 100,00. Die Protestgebühr verbleibt bei verlorenem Protest beim Veranstalter. Die oben aufgeführten Verstöße, die zu Zeitstrafen oder Disqualifikationen führen können, stellen nur einen Auszug aus noch weiteren möglichen Aktionen, die durch Strafen geahndet werden können, dar.

## 21. KÜNDIGUNG ZWISCHEN TEILNEHMER UND VERANSTALTER

Der Veranstalter behält sich jedem einzelnen Teilnehmer gegenüber bis zum offiziellen Schluss der Veranstaltung ein vertragliches Kündigungsrecht in der Form eines Rücktrittsrechtes nach §§ 324, 241 Abs.2 BGB vor. Die Abwicklung erfolgt dann nach § 346 BGB.

**Etwaige Änderungen dieses Reglements behält sich die Renn- und Organisationsleitung immer vor.**

**Hinweis:** Aus Gründen der Lesbarkeit wurde im Text die männliche Form gewählt, nichtsdestoweniger beziehen sich die Angaben auf Angehörige beider Geschlechter.