

Marathon-Sommer der IGAS Wendland vom 1. Juli bis zum 31. August 2020

In Corona-Zeiten fallen in diesem Jahr viele der angestammten Veranstaltungen des IGAS Wendland aus. Um die Lüchow-Dannenberg Ausdauersportler dennoch zu motivieren, haben wir uns die IGAS-Marathon-Sommer als Trainingswettbewerb ausgedacht. Dabei geht es darum, im Juli und August möglichst viele Marathons und Halbmarathons im Training zu absolvieren. Natürlich werden nicht nur Laufmarathons gezählt, sondern Streckenlängen in vielen anderen Ausdauersportarten, die einem Laufmarathon bzw. einem Laufhalbmarathon entsprechen. Möglich sind auch Kombinationen aus verschiedenen Ausdauersportarten. Dabei ist die Zeitdauer, die man und frau unterwegs sind, egal. Außerdem kann der Marathon bzw. der Halbmarathon auch unterbrochen werden bzw. auf einen ganzen Tag verteilt werden; wichtig ist nur, dass die Strecke an einem Tag absolviert wird.

Jede und jede absolviert seinen Marathon oder Halbmarathon allein im Training und kontrolliert selbst die korrekte Streckenlänge und, wenn man möchte, die Zeit. Die Ergebnisse werden hier auf der IGAS-Seite veröffentlicht. Es gibt zwei Wettbewerbe: Zum einen die Anzahl aller absolvierten Marathons, egal in wieviel Sportarten - eventuell auch nur einer, zum anderen die Anzahl der verschiedenen Sportarten, in denen Marathons absolviert wurden.

Natürlich gibt es auch ein paar Preise, die unter allen Teilnehmern verlost werden. Und es gibt große und kleine Marathon-Ms für alle, die eine bestimmte Anzahl an Marathons oder Halbsmarathons absolviert haben.

Veranstalter und Organisator: IGAS Wendland, Detlef Boick

Datum: 1. Juli bis 31. August 2020

Ort: Lüchow-Dannenberg: Ein Teil der Strecke jedes Marathons oder Halbmarathons muss durch Lüchow-Dannenberg führen. Mitglieder der IGAS Wendland, die außerhalb Lüchow-Dannenburgs wohnen, werden auch gewertet, wenn sie ihre Strecken außerhalb des Wendlandes absolvieren.

Wettbewerbe:

Erwachsene (ab Jg 2002, wenn volljährig):

A: möglichst viele Marathons unabhängig von der Sportart

B: Marathons in möglichst vielen verschiedenen Sportarten (ohne Kombinationen)

C: möglichst viele Halbmarathons unabhängig von der Sportart

D: Halbmarathons in möglichst vielen verschiedenen Sportarten (ohne Kombinationen)

Jugendliche bis Jg 2005 (ab 15 Jahre bis 2002)

C: möglichst viele Halbmarathons unabhängig von der Sportart

D: Halbmarathons in möglichst vielen verschiedenen Sportarten (ohne Kombinationen)

Streckenlängen:

Sportarten	Marathon	Halbmarathon	
Laufen	42,2 km	21,1 km	
Rennrad Straße Einzel	120 km	60 km	
Mountainbike/normales Rad	80 km	40 km	
Wandern	20 km	10 km	Auch mit Stöcken
Schwimmen	8 km	4 km	Bad oder See
Inlineskaten	75 km	38 km	
Paddeln	30 km	15 km	
Rollski klassisch	50 km	25 km	
NordicCrossSkaten	60 km	30 km	
Kombinationen			

Kombinationen:

Wer sich nicht sicher ist, ob eine Kombination aus mehreren Ausdauersportarten einem Marathon oder Halbmarathon entspricht, kann eine Email an www.igaswendland.de schicken.

Anmeldung:

Auf www.igaswendland.de bis zum 30. Juni, Nachmeldungen sind den ganzen Juli über möglich.

Startgeld: 5 Euro Erwachsene, 4 Euro Jugendliche, Nachmeldung im Juli jeweils plus 2 Euro. Das Start bitte auf das Konto der IGAS Wendland überweisen.

Wertung:

Gezählt werden nur Marathons bzw. Halbmarathons, die an einem Tag absolviert wurden. Es können dabei beliebig viele Pausen eingelegt werden, es gibt kein Zeitlimit. Pro Tag wird nur ein Marathon bzw. Halbmarathon gewertet.

Streckenkontrolle:

Jeder und jede kontrolliert seine Strecken selbst, möglichst per GPS-Uhr. Es gilt das Vertrauensprinzip.

Auswertung:

Gewertet werden nur Marathons oder Halbmarathons, die per Email unter homepage@igaswendland.de

dem Organisator unter Angabe folgender Daten gemeldet werden:

Name, Sportart, Strecke, Start, Ziel, Rundenanzahl, Zeit, Pausen.

Die Auswertung wird laufend auf www.igaswendland.de veröffentlicht, nur auf Wunsch mit Start, Ziel, Rundenanzahl, Zeit, Pausen.

Teilnahmeberechtigt:

Mitmachen kann jeder und jede ab 15 Jahre (Jg 2005/Jugend) und 18 Jahre (Jg 2002/Erwachsene), dessen bzw. deren Trainingszustand solche Streckenlängen zulässt.

Preise:

Es gibt Überraschungspreise für diejenigen, die die meisten Marathons oder Halbmarathons absolviert haben, und Gutscheine vom Bikeshop Lüchow, die unter allen Teilnehmern verlost werden. Die Preise und Gutscheine können im Bike-Shop abgeholt werden.

Auszeichnungen:

Jeder, der eine bestimmte Anzahl von Marathons absolviert bekommt ein großes Marathon-M in: Gold (8 Marathons oder 4 Marathons in verschiedenen Sportarten),

Silber (6 Marathons oder 3 Marathons in verschiedenen Sportarten),

Bronze (4 Marathons oder 2 Marathons in verschiedenen Sportarten),

Jeder der eine bestimmte Anzahl von Halbmarathons absolviert erhält ein kleines Marathon-M in:

Gold (16 Halbmarathons oder 5 Halbmarathons in verschiedenen Sportarten),

Silber (12 Halbmarathons oder 4 Halbmarathons in verschiedenen Sportarten),

Bronze (8 Halbmarathons oder 3 Halbmarathons in verschiedenen Sportarten).

Rennradfahren, MTB und das normale Rad werden nicht als verschiedene Sportarten gewertet.

Kombinationen werden nicht bei der Marathons oder Halbmarathons in verschiedenen Sportarten gewertet.

Corona-Sicherheitshinweise:

Bitte haltet bei euren Trainingsmarathons und Halbmarathons die jeweils geltenden Corona-Schutzbestimmungen ein.

Haftungsausschluss: Die IGAS schließt jegliche Haftung für Schäden oder Vorfälle aus.