



From Dawn till Dusk am 8. August 2026

Ganztägige Trainingsetappentour um Lüchow-Dannenberg herum mit Laufschuhen, Rennrädern, Wanderschuhen, Mountainbikes, Tourenrädern, Inlineskates, Paddelbooten und Badehosen.

Dieses Jahr probieren wir etwas Neues aus. Es gibt in jeder Sportart nur eine lange Etappe. Wer eine kürzere Strecke absolvieren möchte, kann im zweiten Teil der Etappe einsteigen.

- **Am Sonnabend, dem 8. August 2026, wollen wir wieder den Landkreis Lüchow-Dannenberg umrunden.**
- Und zwar in fast allen Bewegungsformen, die in der IGAS praktiziert werden.
- Dazu sind alle IGAS-Mitglieder und jeder und jede andere, der oder die dazu Lust hat, herzlich eingeladen.
- Dabei geht es nicht ums Tempo, sondern ums Mitmachen, es gibt keine Zeitnahme.
- Ziel ist es, die etwas über 200 Kilometer zwischen Sonnenaufgang und Untergang zu schaffen.
- Jeder kann sich die Etappe, an der er mitmachen möchte, selbst aussuchen.
- Alle sollen gemeinsam das Etappenziel erreichen
- Man kann auch mehrere Etappe mitmachen. Da gibt es freie Auswahl.
- Auf einer Etappe kann eine Person alleine starten oder eine ganz Gruppe zusammen.
- Wir streben an, dass alle Etappen besetzt werden.
- Das Tempo kann beliebig gewählt werden, es sollen aber alle das Tempo entspannt mithalten können..
- Jeder muss selbst dafür sorgen, dass er rechtzeitig am Startort ist.
- Auch für den Rücktransport vom Zielort ist jeder und jede selbst zuständig.
- Ebenso für Getränke und Verpflegung.
- Es wird kein Startgeld erhoben.
- Es gibt keine Urkunden, nur die schöne Erinnerung an einen bewegungsreichen Tag.
- Es gibt allerdings eine Art Fahrtenbuch, das von Etappenziel zu Etappenziel mitgenommen wird, und in das sich jeden Teilnehmer eintragen darf und eigentlich soll.
- **Eine Anmeldung ist jedoch notwendig auf www.igaswendland.de**
- Wer trotz Anmeldung nicht mitmacht, sollte sich rechtzeitig wieder abmelden unter cdjsboick@t-online.de
- Bei den Etappen auf Rollen und Rädern muss ein Helm getragen werden.
- Für das Paddeln auf der Elbe ist eine Schwimmweste vorgeschrieben. Außerdem sollte man/sie ein routinierte/r Paddler/in sein.
-
- Die in der Tabelle angegebenen Startzeiten sind lediglich eine Orientierung.
- Es kann sein, dass sich die Startzeiten im Laufe des Tages mehr oder weniger verschieben.
- Bitte seid rechtzeitig vorher da.
- Auch der Streckenverlauf ist nicht verbindlich, nur Start und Ziel.
- Abschlusstreffen ab 18.30 Uhr mit Pizza-Essen, wo steht noch nicht fest. (Bitte unbedingt rechtzeitig anmelden)
- Etappenplanung: <https://www.igaswendland.de/docs/2026/ausschreibg/dtd-etappen2026.html>

Viel Spaß