



Teilnehmerinformation 14. swb-Marathon 2018

Herzlich Willkommen zum 14. swb-Marathon

Wir freuen uns, euch bei der 14. Auflage des swb-Marathons begrüßen zu dürfen. In dieser Teilnehmerinfo und auf unserer Homepage www.swb-marathon.de findet Ihr alle wichtigen Infos rund um die Veranstaltung.

Die Anfahrt zum swb-Marathon

Stressfrei zum Start kommt man auch dieses Jahr am besten mit den öffentlichen Verkehrsmitteln. Aber auch eine Anfahrt mit Auto ist jederzeit möglich, jedoch solltet Ihr den unmittelbaren Innenstadtbereich meiden. Empfehlung: P+R.

Zusätzlich ist aus Richtung Westen die B75 ab Dreieck Delmenhorst bis Huchting gesperrt. Bitte plant hier eine Umleitung über das Dreieck Stuhr ein. Abfahrt Stuhr/Moordeich über Moordeicher Landstraße, Haferflockenkreuzung, Kirchhuchtinger Landstraße (Huchtigen) und Kirchhuchtingen dann wieder auf die B75 auffahren.

Anfahrt zur Messe und Akkreditierung am Freitag und Samstag.

Um zur Akkreditierung und Messe findet dieses Jahr am Freitag und Samstag in Hotel Atlantik (www.atlantic-hotels.de/Bremen/Universum) am Universum statt (Wiener Strasse 4). Es ist ziemlich genau bei KM 25 der Marathonstrecke. Wer mit den öffentlichen Verkehrsmitteln anreisen möchte, nutzt die Strassenbahnlinie 6 oder die Buslinie 22.

Wer mit dem Privat PKW anreist, für den ist auch die Universität eine gute Orientierung

Akkreditierung am Sonntag

Am Sonntag werden die Startnummern (Akkreditierung) im Kontorhaus am Markt (Langen Str. 2-4) ausgegeben. Das Kontorhaus befindet sich auf der Marktplatzseite direkt gegenüber vom Rathaus. (www.kontorhaus-bremen.de)

Park and Ride

Aus Westen und Süden (A28, A1) kommend: Den Parkplatz „Am Rolandcenter“ (Alter Dorfweg 30-50) nutzen und weiter mit der Straßenbahn (Linie 1) Richtung Osterholz. „Am Brill“ aussteigen, dann zu Fuß weiter zum Rathaus (600m Fußweg) oder „Hauptbahnhof“ und dort zur Akkreditierung (ca. 800m Fußweg)

Aus Süden, Norden und Osten (A27, A1) kommend: Den P&R-Parkplatz Uni II (Klagenfurterstr.) anfahren und dann mit der Straßenbahn (Linie 6) Richtung Flughafen. Ausstieg Haltestelle „Herdentor“ für die Akkreditierung und „Domsheide“ für den Start. Zudem wird ein Bus-Shuttle direkt bis zur Akkreditierung (Musical-Theater) fahren.

Weitere Infos über die P&R -Parkplätze erhalten Sie unter <http://vmz.bremen.de/parken/park-ride.html> und über den öffentlichen Nahverkehr unter www.bsag.de.

Auto

Parkhaus Stephani, Neuenstraße 43-47, Öffnungszeiten: täglich 7 - 1 Uhr
Parkhaus Am Brill, Ansgaritorstraße 16-20, durchgehend geöffnet
Parkhaus Herdentor/Rembertiring , Rembertiring 7-9, durchgehend geöffnet
(Keine Zufahrt in der Startphase des Halbmarathons (ca. 11 bis 12 Uhr))
Weitere Infos erhalten Sie unter www.brepark.de

Parkmöglichkeit beim Hotel Atlantik / Universum

Hier stehen in unmittelbarer Nähe hinreichend Parkplätze von der Universität zur Verfügung.

Akkreditierung

Die Ausgabe der Startunterlagen erfolgt:

am Freitag,	05.10.2018, 14:00 – 20:00 Uhr	(Hotel Atlantik-Universum)
am Samstag,	06.10.2018, 10:00 – 19:00 Uhr	(Hotel Atlantik-Universum)
am Sonntag,	07.10.2018, 07:30 Uhr bis jeweils eine Stunde vor dem Start.	(Kontorhaus Am Markt)

Bitte bringt die offizielle Meldebestätigung sowie den gültigen Personalausweis bzw. bei Abholung für eine andere Person die Meldebestätigung und eine Kopie des Personalausweises des Läufers, für den Du die Unterlagen abholen möchtest, und dessen Einverständniserklärung mit!

Ummeldung/Nachmeldung

Ummeldungen und Nachmeldungen sind vor Ort zu den Öffnungszeiten der Akkreditierung, Sonntag bis 8:30 Uhr gegen Entrichtung einer Ummelde-/Nachmeldegebühr von 10,00 € möglich.

Startzeiten

AOK-Vesperlauf, Freitag, 05.10.18 um 18 Uhr am Parkplatz Wetterungsweg am Unisee

swb-Marathon:	Sonntag, 07.10.18 um 09:30 Uhr am Roland/ Marktplatz
AOK-Halbmarathon:	Sonntag, 07.10.18 um 11:30 Uhr am Roland/ Marktplatz
10km Hirschlauf:	Sonntag, 07.10.18 um 09:55 Uhr am Roland/ Marktplatz
AOK-Kinderlauf:	Sonntag, 07.10.18 um 11:45 Uhr am Roland/Marktplatz

Pasta Party

Die Pasta Party findet am Samstag, 06.10.18, 15:30-19:00 Uhr gegenüber vom Hotel Atlantik bei Sport Ziel an der Augenklinik statt. Jeder Teilnehmer erhält gegen Abgabe seines Pasta- und eines Getränkegutscheins eine Portion Pasta sowie ein alkoholfreies Getränk von Vilsa oder Krombacher.

Marathon-Messe

Im Rahmen des 14. swb-Marathons findet erneut die Marathon-Messe statt. In dem Seminarkomplex des Hotel Atlantik am Universum findet ihr verschiedene Aussteller, die euch mit den letzten Utensilien vor dem großen Lauf ausstatten.

Umkleidebereich

Der Umkleidebereich und die Duschen befinden sich im abgeäuerten Bereich direkt auf dem Domshof hinter dem Rathaus.

Starterbeutelabgabe

Der Starterbeutel mit den persönlichen Dingen kann vor dem Lauf bei der Starterbeutelabgabe auf dem Domshof zwischen Rathaus und Dom abgegeben werden. Die Starterbeutelabgabe ist am Sonntag zwischen 8:00 Uhr und 16:00 Uhr geöffnet. Der Starterbeutel kann nur mit gültiger Startnummer wieder abgeholt werden. Für die abgegebene Garderobe übernehmen wir keine Haftung.

Transponder

Der Transponder für die Zeitmessung liegt den Startunterlagen bei. Bitte befestigt den Transponder an den Schnürsenkeln des Laufschuhs. Es handelt sich dabei um einen Einmal-Chip, für den keine extra Gebühr gezahlt werden muss. Eigene Zeitmesschips können zur Zeitmessung nicht eingesetzt werden.

Toiletten

In den Umkleidebereichen stehen genügend Toiletten zur Verfügung. Bitte achtet auf die Hinweisschilder.

Verpflegungs- und Erfrischungsstellen

swb-Marathon

Verpflegungsstellen: ab km 5,0 alle 5 km

Erfrischungsstellen: bei km 32,5 alle 5 km

Ab KM 35 gibt es Coca Cola, bei km 27,5 Krombacher 0,0%

AOK-Halbmarathon

Verpflegungs- und Erfrischungsstellen: ab km 10 wie Marathon

10km Hirschlauf

Zwei Erfrischungsstellen an der Strecke

An den Erfrischungsstellen werden Wasser und isotonische Getränke gereicht. An den Verpflegungsstellen gibt es zusätzlich Bananen, Orangen und Äpfel.

Massage

Der Massagebereich befindet sich unmittelbar neben der Kleiderbeutelabgabe auf dem Domshof. Hier könnt Ihr kostenlos entspannen.

Siegerehrung

Die Siegerehrungen für die drei Schnellsten (m/w) finden auf der Bühne am Marktplatz ab 13:15 Uhr statt

Urkunden

Die persönliche Urkunde kann nach der Veranstaltung im Internet unter www.swb-marathon.de heruntergeladen werden.

Gravur der Medaillen

Am Gravurstand vor dem Eingang der Bürgerschaft kann gegen eine Gebühr von 8 € die Nettozeit und/oder der Name auf die Rückseite der Medaille graviert werden. Hier können auch die schon bereits gezahlten Gravuren, gefertigt werden.

Sanitätsdienst

Den Sanitätsdienst stellt die Johanniter Unfallhilfe. Der Sanitätsdienst wird auf dem Domshof neben dem Bremer Dom eingerichtet. Auch auf der Laufstrecke sind hinreichend Ersthelfer präsent.

Startaufstellung

Die Teilnehmer der Sonntagsläufe starten direkt am Roland vor dem Rathaus. Der Startkanal beginnt in der Straße „Am Dom“ vor „McDonalds“ und zieht bis zum Starttor beim „Roland“. Eine Karte mit dem Streckenverlauf steht auf unserer Internetseite www.swb-marathon.de zur Verfügung.

Es gibt zwei Startblöcke. Der Startblock A ist für folgende Läufer reserviert:

Marathon: Läufer mit einer Zeit unter 03:30 h

Halbmarathon: Läufer mit einer Zeit unter 1:30 h

10km: Läufer mit einer Zeit unter 00:45 min

Der Startblock A muss auf der Startnummer vermerkt sein. Ohne diese Kennzeichnung erfolgt kein Einlass in diesen Startblock A. Beim Startblock B geht es nach dem Windhundprinzip „first come, first served“.

Verhalten nach dem Zieleinlauf

Bitte haltet nicht im Zielkanal an! Befolgt bitte die Anweisungen der Ordner trotz körperlicher Müdigkeit umgehend. In Spitzenzeiten passieren über 100 Teilnehmer pro Minute das Zieltor, sodass ein Stoppen im Zielkanal unweigerlich zum Rückstau führen würde. Bitte bis zum Krombacher-Stand beim Dom weitergehen und mit den Fans einen Treffpunkt auf dem Marktplatz vereinbaren, damit der Bereich unmittelbar hinter dem Zielkanal frei bleibt.

Vielen Dank!

Weitere Infos, Streckenpläne und Antworten auf häufige Fragen findet Ihr auf unserer Homepage www.swb-marathon.de.

Wir sehen uns am 7.Oktober – nix geht, alles läuft!



Euer Organisationsteam