Programm 2016

5. Schweizer Meisterschaften im 24h Strassenlauf (Swiss Ultra Running)
28. Deutsche Meisterschaften im 24h Strassenlauf (DUV)

SRI CHINMOY 12+24 Stunden Lauf Basel

28. Internationale Austragung

30.4./1.5.2016
Sportanlage St. Jakob

ch.srichinmoyraces.org

Programm 2016

Freitag, 29. April

15.00 h	Öffnung des Geländes für Zeltaufbau (▲)
16.00 h	Öffnung des Parkplätze (P)
18.00 h	Öffnung der Zivilschutzanlage (❸)
18.00 h – 19.30 h	Registration/Startnummernausgabe (❶)
18.00 h – 21.00 h	Pastaparty (❷)

Samstag, 30. Mai

07.00 h – 09.00 h	Frühstück (❷)
09.00 h – 10.30 h	Registration/Startnummernausgabe (❶)
11.55 h	Startphoto (❹)
11.58 h	Letzte Informationen an die Läufer-Innen beim Start (❹)
12.00 h	Start 24 Stunden-Lauf (❹)
22.30 h – 23.30 h	Registration/Startnummernausgabe 12 Stunden-Lauf (❶)
00.00 h	Start 12 Stunden-Lauf (❹)

Sonntag, 1. Mai

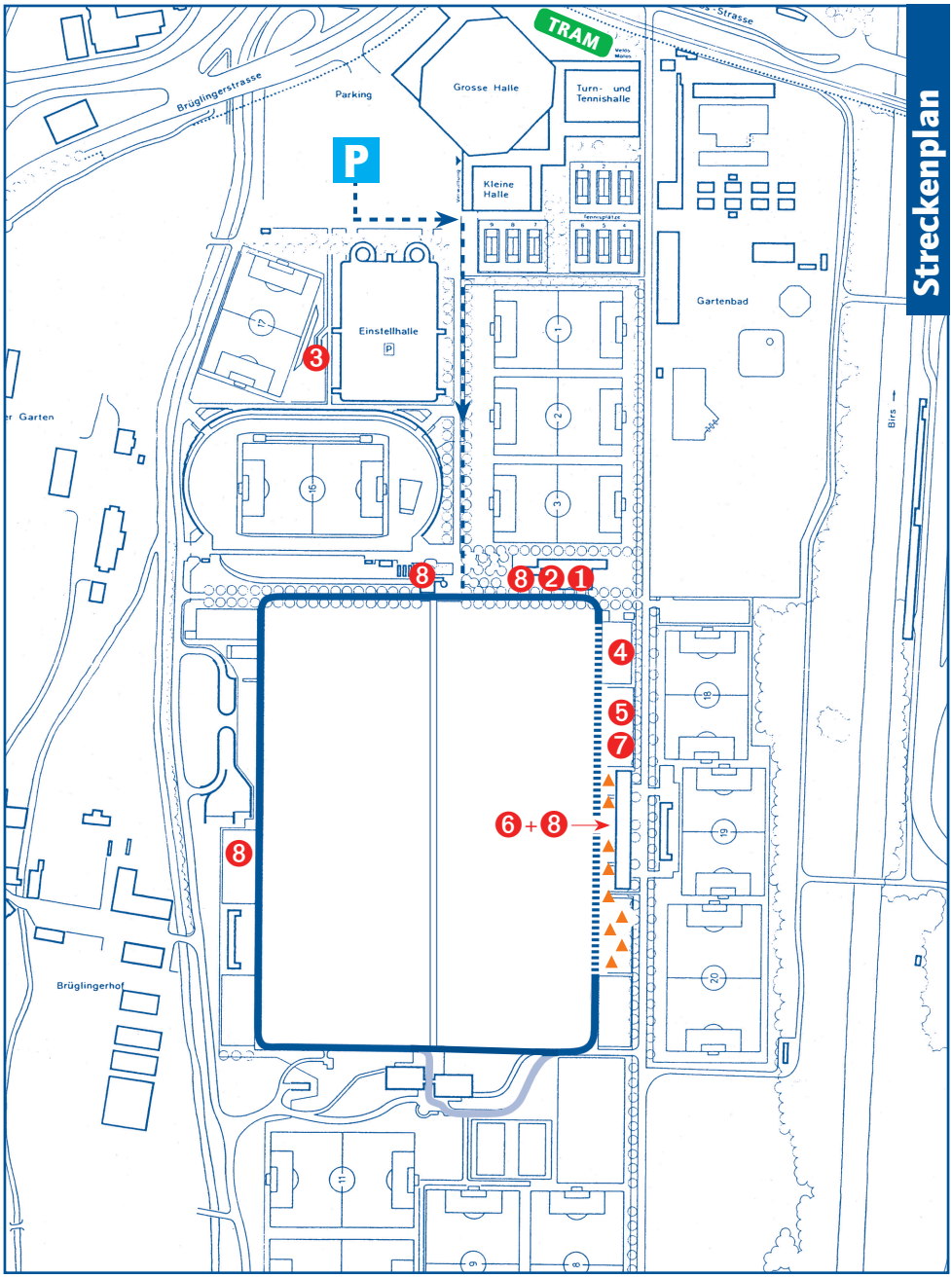
07.00 h – 09.00 h	Frühstück (❷)
12.00 h	Schluss des Laufes
14.00 h	Siegerehrung (❶)
bis 16.00 h	Check-out aus der Sportanlage

Wettkampfbestimmungen

Es gelten die folgenden Regeln für alle Teilnehmer:

1. Jede/r Teilnehmer/in erhält einen persönlichen Rundenzähler.
2. Wenn ein Läufer die Laufstrecke verlässt oder eine Pause einschaltet, muss er sich bei der Rundenkontrolle abmelden und bei Wiederaufnahme des Rennens sich zurückmelden.
3. Das Begleiten eines Läufers ausserhalb der markierten Verpflegungs-/Betreuungszone ist nicht erlaubt und führt nach einer Verwarnung zur Disqualifikation.
4. Der leitende Sportarzt hat das Recht, verletzte LäuferInnen im Interesse ihrer eigenen Gesundheit aus dem Rennen zu nehmen.
5. Versicherung ist Sache des Teilnehmers. Der Veranstalter haftet nicht für Verletzungen, Unfälle, Krankheit oder Diebstahl.

Streckenplan



1. Registration/Siegerehrung
2. Pasta-Party
3. Zivilschutzanlage
4. Start/Rundenkontrolle
5. Verpflegungsstation
6. Duschen/Garderoben
7. Sanität/Massage
8. Toiletten (4 x)

- Zeltplatz
- Verpflegungszone
- P Parkplatz «St. Jakob»
- TRAM Haltestelle «St. Jakob»

Anreise

- **mit dem Auto:** Autobahn Richtung Basel fahren. Ausfahrt Sportanlage Basel St. Jakob nehmen, dann immer P St. Jakob folgen (nicht St. Jakob Park!).
- **mit Bahn ab Bahnhof Basel SBB (CH):** mit der Strassenbahn: Beim Hauptbahnhof Tram Nr. 8, 10 oder 11 bis Aeschenplatz (nur eine Station). Umsteigen auf Tram Nr. 14 Richtung Pratteln bis Station «St. Jakob» (von dort siehe Plan).
- **mit Bahn ab Basel Badischer Bahnhof (D):** Bus Nr. 36 bis Station «St. Jakob» (siehe Plan)
- **Anreise von Flughafen Basel/Mulhouse:** Bus Nr. 50 bis Basel SBB (von dort siehe oben) Fahrschein für zwei Zonen (€ oder CHF) gültig bis «St. Jakob».

Autos

Es dürfen keine Autos auf das Gelände der Sport/Parkanlage fahren. Wir haben eigene Parkplätze für unseren Anlass reserviert, einmaliger Beitrag pro Fahrzeug: Fr. 15.–/€ 12.–. Jemand von unserem Team wird Euch einweisen (Freitag 16.00 bis 21.00 Uhr, Samstag ab 08.00 Uhr) Anfahrt siehe oben.

Unterkunft

- **Zivilschutzanlage:** Freitag ab 18.00 Uhr bis Sonntag 14.00 Uhr kann die Zivilschutzanlage benützt werden. Sie liegt direkt an der Strecke. Kosten pro Nacht/Person Fr. 12.–/€ 10.– (Selbstkosten SCMT).
- **Zelten:** Das Gelände (siehe Plan) kann von Freitag 15.00 Uhr bis Sonntag 16.00 Uhr benützt werden. Die Plätze werden von einem Platzanweiser zugewiesen.
- **Hotel:** Buchungen direkt beim Verkehrsverein Basel, Tel. +41 (0)61 268 68 68 oder unter *www.baseltourismus.ch*.

Startnummernausgabe

Zeit und Ort sind im Innenteil dieses Programms aufgeführt. Es können auch aktuelle Startlisten bezogen werden.

Pastaparty

Im Preis inbegriffen, Voranmeldung ist erwünscht. Zeit: Freitagabend ab 18.00–21.00 Uhr.

Deponieren der Laufsachen

Das Sri Chinmoy Marathon Team stellt ab Samstag 10.00 Uhr in der Verpflegungszone öffentliche Zelte zur Verfügung zum Deponieren von Laufsachen.

Rundenkontrolle

Es ist wichtig, dass Ihr Eure Rundenzähler informiert, wenn Ihr während dem Lauf eine Pause von mehr als fünf Minuten macht. So können Unklarheiten vermieden werden.

Kleidung

Denkt daran, auch warme Laufkleidung mitzunehmen. In der Nacht kann die Temperatur bis auf 6° Celsius fallen. Prognosen findet ihr z.B. unter www.mybasel.ch/aktuell_wetter.cfm

Fundbüro

Fundgegenstände können bei der Rundenkontrolle abgegeben bzw. abgeholt werden.

Hunde sind auf der ganzen Sportanlage St. Jakob nicht gestattet.