

TEILNEHMERINFORMATION

22. HEILBRONNER TROLLINGER MARATHON

5. MAI 2024

Herzlich willkommen in Heilbronn!

Wir freuen uns, dass Du am 5. Mai 2024 beim 22. Heilbronner Trollinger Marathon teilnimmst und wünschen Dir viel Spaß und sportlichen Erfolg. Im Folgenden möchten wir Dir vorab einen Überblick über die Organisation und Gestaltung der Veranstaltung geben, sodass Du dich bei uns gut zurechtfindest.

Startunterlagen und Startaufstellung

Bring zur Abholung der Startunterlagen (T-Shirt, Wein, Läufersocken, etc.) bitte eine eigene Tasche mit.

Start ist für alle Läufe in der Badstraße, ca. 150 m entfernt vom Frankenstadion. Der 10 km-Lauf/Walking und der Zehnteleslauf (4,5 km) haben eine separate Startlinie, diese ist mit einem aufblasbaren Torbogen gekennzeichnet. Die Starts von Marathon, Halbmarathon und 10km-Lauf erfolgen in Blöcken. Die Aufstellung bzw. die Startblöcke sind durch farbige Kreise auf der Startnummer gekennzeichnet. Die verschiedenen Blöcke werden leicht zeitversetzt gestartet.

Block 1 – rot M/Männer bis 3:00 h und Frauen bis 4:00 h
HM bis 1:35 h
10 km bis 0:45 min

Block 2 – blau M/Männer ab 3:01 h und Frauen ab 4:01 h
Marathon-Staffeln
HM ab 1:36 h bis 1:50 h
10 km ab 0:46 bis 60 min

Block 3 – gelb HM ab 1:51 h bis 2:01 h
10 km ab 61 min

Block 4 – grün HM/Männer und Frauen ab 2:02 h

Zum Start sind nur Teilnehmer mit gültiger Startnummer des 22. Heilbronner Trollinger Marathons zugelassen. Diese ist nicht übertragbar und muss gut sichtbar auf der Vorderseite getragen werden. Bitte die Startnummer nicht knicken.

ZEITPLAN

Samstag, 4. Mai 2024

12:00 Uhr – Ausgabe der Startunterlagen,
18:30 Uhr Marathonmesse

ab 13:00 Uhr Mitmach-/Kennenlernangebote für Kids von Heilbronner Sportvereinen auf dem Kunstrasen

15:00 Uhr **Start Bambini-Lauf (400 m)**

16:00 Uhr – Spätzleparty im Stadion
20:00 Uhr

16:00 Uhr **Start Mini-Marathon (800 m)**

16:20 Uhr **Start Kinder-/Jugendlauf (1,5 km)**

17:00 Uhr **Start Kinder-/Jugendlauf (3 km)**

17:15 Uhr **Siegerehrung im Frankenstadion**

Sonntag, 5. Mai 2024

ab 07:00 Uhr Ausgabe Startunterlagen
Marathon (bis 07:45 Uhr)
Halbmarathon (bis 09:00 Uhr)
10km/Walking (bis 10:00 Uhr)

07:00 Uhr – Marathonmarkt
13:00 Uhr

08:00 Uhr Kurzandacht in der Nähe des Starts (unterhalb der Brücke)

08:35 Uhr Aufwärmprogramm der AOK (am Start)

08:45 Uhr **Start Marathon inkl. Staffellauf**

09:20 Uhr Kurzandacht in der Nähe des Starts

09:35 Uhr Aufwärmprogramm der AOK (Kunstrasen)

10:00 Uhr **Start des Halbmarathons**

10:45 Uhr **Start des 10 km-Laufs**

10:50 Uhr **Start 10 km-Walking/NW**

10:55 Uhr **Start Zehnteleslauf (4,5 km)**

ab 13:30 Uhr Siegerehrung M/HM/10 km-Lauf im Stadion

ab 14:00 Uhr Abholung der Preise für AK/ Staffeln im Food-Court

14:30 Uhr Zielschluss



Nordic Walker und Walker weisen wir darauf hin, dass diese eine separate Startzeit um 10:50 Uhr haben. Aus Fairnessgründen bitten wir die Teilnehmer zudem darum, während des Wettbewerbs nicht zu joggen. Um anderen Läufern/Walkern das Überholen zu ermöglichen, sollten die Teilnehmer bei Engstellen nicht nebeneinander walken.

Pacemaker/Zugläufer

Das CEP-Pacerteam unterstützt uns mit Zug- und Bremsläufern in der Marathondistanz (3:30 h, 3:45 h, 4:00 h, 4:30 h und 5:00 h) und in der Halbmarathondistanz (1:30 h, 1:45 h, 2:00 h, 2:15 h und 2:30 h). Sie sind an Pacemaker-Flags mit der Zeitangabe zu erkennen.

Umkleiden, Duschen, Toiletten, Sporttaschenabgabe, Massage

Damen- und Herrenumkleiden mit Duschen und Toiletten befinden sich im und am Frankenstadion (siehe Plan). Weitere Toiletten sind außerdem im Start- und Zielbereich. **Die größte Toilettenanlage befindet sich am Marathontor (Eingang Badstraße), dort wird es erfahrungsgemäß am schnellsten gehen.** Die Gepäckaufbewahrung befindet sich in einem großen Zelt hinter dem Zelt der Startunterlagenausgabe/Marathonmesse. Duschen stehen im Gebäude der Haupttribüne des Frankenstadions zur Verfügung. Weitere Duschtrailer für männliche Teilnehmer befinden sich neben der Gepäckaufbewahrung. Darüber hinaus besteht wieder die Möglichkeit, durch Vorzeigen der Startnummer, die Duschen im Freibad „Neckarhalde“ kostenlos zu nutzen. Neben den Duschtrailern gibt es eine Massage auf Spendenbasis.

Zeitmessung

Die Zeitmessung erfolgt über einen in der Startnummer integrierten Chip (den sogenannten mikaTag-Transponder, der auf der Rückseite der Startnummer befestigt ist). Der mikaTag ist ein Wegwerf-Transponder und muss nicht zurückgegeben werden.

Bitte diesen Transponder nicht knicken oder anderweitig beschädigen und darauf achten, dass die Startnummer sichtbar auf der Brust getragen wird. Um eine fehlerfreie Zeitmessung zu ermöglichen, bitte die Zeitmessmatten überqueren.

SIEGEREHRUNGEN AM SONNTAG, 5. MAI

ab 13:30 Uhr Siegerehrung Halb-/Marathon/10 km-Lauf auf der Siegerehrungsbühne im Stadion.

Die Preisübergaben für die Regionsmeisterschaft, den Teamwertungen und für die kostümierten Läufer erfolgen nicht am Wettkampftag. Die Preise werden zugesendet.

Verpflegung auf der Strecke

Die Verpflegungsstände (alle 5 km) sind folgendermaßen aufgebaut: Teinacher Naturell, Teinacher ISO Sport, Teinacher Apfelschorle, Äpfel/Bananen und Abfallbehälter. Eigenverpflegung ist dieses Jahr auch wieder möglich. Eigenverpflegung bitte am 4. oder 5. Mai (Sonntag bis **spätestens 07:45 Uhr**) im Zelt bei der Startunterlagenausgabe abgeben. Weitere Wasserstationen sind ab km 7,5 alle 5 km eingerichtet. Bei der Wasserstelle zw. Klingenberg und Böckingen (km 39,5 Marathon bzw. km 18,5 Halbmarathon - Ludwigsburger Straße) und bei der Verpflegungsstelle km 35 Marathon in Nordheim wird zusätzlich Cola-Mix angeboten.

Zielbereich

Das Ziel befindet sich im Frankenstadion. Im Stadion muss linksherum noch ca. eine Viertelrunde gelaufen werden. Im Zielbereich gibt es Teinacher Mineralwasser Naturell und weitere Teinacher Produkte, Freibier (naturtrübes alkoholfreies Bier) sowie alkoholfreies Radler von Schwaben Bräu, alkoholfreien Sekt, Bananen, Äpfel und Sportlermüsli der Mühle Geßmann. Es gibt Mehrwegbecher, mit denen man den Zielbereich nicht verlassen darf. Am Ausgang stehen Rückgabebehälter zum Entsorgen bereit. Wir bitten darum nur einen Becher zu nehmen und diesen mehrfach befüllen zu lassen. Neu dabei ist eine Fotobox im Ziel um den besonderen Moment festzuhalten.

Ergebnisse/Urkunde/Fotoservice/Finisher-Video

Im Internet sind die Ergebnisse unter www.trollinger-marathon.de abrufbar. Dort sind auch die Online-Urkunden sowie das Finisher-Video zu finden. Über den QR-Code auf der Startnummer gelangst Du direkt zur Ergebnisseite. Teilnehmerfotos erhältst Du bei unserem Fotodienst unter www.go4it-foto.de.

Preise und Pokale

1.-3. Platz Gesamteinlauf: Geld- u. Weinpreise

1.-3. Platz Altersklassen: Wein- bzw. Sachpreise + Pokal für 1. Plätze

1.-3. Platz Mannschaften: Geld- u. Weinpreise

Für die Mannschaftswertungen erfolgen die Siegerehrungen **nicht** am Wettkampftag. Für Streckenrekorde sind als Sonderpreis zusätzlich Geldpreise ausgelobt. Weitere Preise für Sonderwertungen gibt es für die Meisterschaft der Region Franken (Preise werden zugesendet) sowie für die Audi-Meisterschaft (siehe Internet). Für die besten Kostümierungen gibt es attraktive Sachpreise.

Anfahrt per PKW und Parkplätze

Bitte folge der Ausschilderung Frankenstadion oder dem Fußball-Symbol. Parkplätze stehen den Teilnehmern am Samstag in der Theresienstraße und auf der Theresienwiese zur Verfügung. Zusätzlich kann der Mitarbeiter-Parkplatz am Ende der Olgastraße benutzt werden. Am Sonntag stehen Parkplätze auf der Theresienwiese und am Kaufland (Olgastraße 57-77) zur Verfügung.

WEITERE INFORMATIONEN

Auch wenn Du dich topfit fühlst – lass Dich vor deinem Start noch einmal von einem Arzt durchchecken. Unterschätze nicht die Belastung. Gehe nur an den Start, wenn Du gesund bist und ausreichend trainiert hast! Bitte fülle unbedingt die Notfall-Daten auf der Rückseite der Startnummer aus.

Wichtiger Hinweis: Falls Du langsamer als die angegebenen Durchlaufzeiten bist, musst Du damit rechnen, aus dem Rennen genommen zu werden. Ein Weiterlaufen geschieht auf eigene Gefahr. Die Verkehrsregeln sind zu beachten.

Auf dem Gelände des Frankenstadions gibt es **keinen Geldautomaten**. Wir bitten Dich darum, ausreichend Bargeld mitzunehmen.

Samstag und Sonntag gibt es eine **Medaillengravur** zwischen der Haupttribüne und Startnummernausgabe für 9 Euro.

LIVE-TRACKING der mika:timing event-App für die Teilnehmer und Angehörige. Einfach die App für Android oder iPhone installieren, Trollinger Marathon 2024 auswählen, Nachname und RegistrationID eingeben und schon bist Du dabei.

Bitte beachte am Samstag und Sonntag den Zugang zum Stadion über die Theresienstraße zu nutzen (siehe Skizze).

Bitte beachte die **Stadionordnung** bzgl. Zugang zum Stadioninnen-/Tribünenbereich.

Zulässig sind: Kinderwägen.

Nicht zulässig sind: Fahrräder, Inline-Skates, kleine Tretroller, E-Scooter, Mofas, etc. und Hunde (unabhängig von Rasse, Größe und Gewicht). Aus Sicherheitsgründen und in Anbetracht der Laufbahn im Stadion ist die Mitführung von spitzen Gegenständen verboten. Bei Verwendung von Nordic-Walkingstöcken ist darauf zu achten, Asphaltgummis zu verwenden.

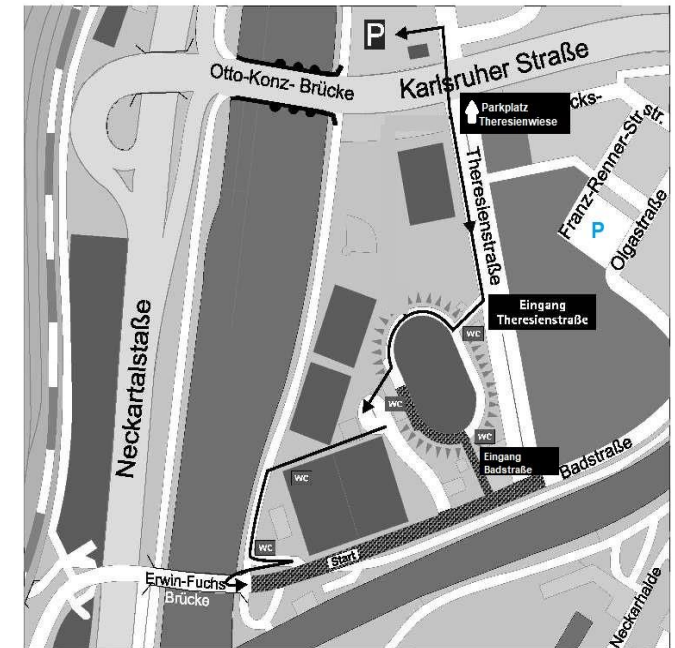
Der Zugang zu den Teamtreffpunkten erfolgt vor dem Lauf über den Eingang Badstraße, nach dem Lauf für die Teilnehmer über den abgesperrten

Medaillengravur

Nach dem Wettbewerb kannst Du deine Medaillen individuell gravieren lassen. Falls Du diesen Service schon bei der Anmeldung gebucht hast, befindet sich in der unteren rechten Ecke deiner Startnummer ein „G“. Die Startnummer bitte bei der Medaillengravur vorzeigen.

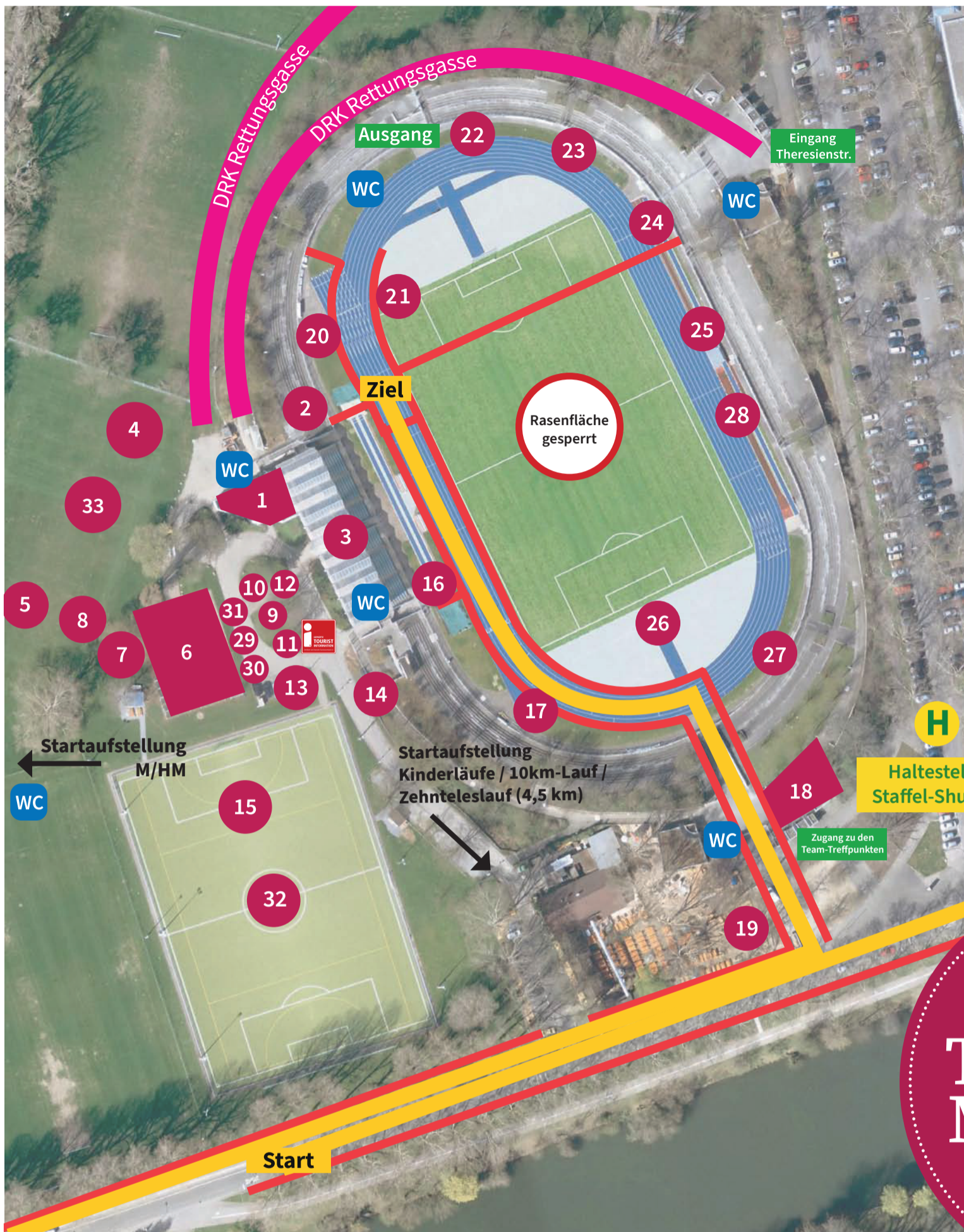
Anfahrt mit dem ÖPNV

Nutze am Samstag und am Sonntag die öffentlichen Verkehrsmittel mit Bus, Bahn und Stadtbahn im Gesamtnetz des HNV. Mit der Meldebestätigung/E-Mail bzw. Startnummer haben alle erwachsenen Läufer*innen freie Fahrt. Informationen findest Du zudem unter www.h3nv.de oder über die landesweite telefonische Fahrplanauskunft: 0800 298 27 43 (der bw-tarif-Kundenservice ist telefonisch täglich rund um die Uhr und kostenlos erreichbar.)



WIR WÜNSCHEN EUCH FÜR DEN TROLLINGER MARATHON VIEL SPAß UND VIEL ERFOLG UND FREUEN UNS SCHON AUF EIN WIEDERSEHEN IM NÄCHSTEN JAHR AM 11. MAI 2025.

LAGEPLAN



- | | | | |
|----|---|----|--|
| 1 | Orga-Büro Tel. + 49 7131 56 3741 | 18 | Einsatzleitung DRK / Polizei |
| 2 | DRK Auskunft | 19 | Bühne Foodcourt |
| 3 | Dusche / Umkleide Damen | 20 | DRK |
| 4 | Dusche / Umkleide Herren | 21 | Finishermedaillen |
| 5 | Sporttaschenausgabe (So.) | 22 | Teinacher Getränke |
| 6 | Startnummernausgabe / Läufermesse | 23 | Bananen / Äpfel / Müsli / Alkoholfreier Sekt / Fotobox |
| 7 | Help Desk | 24 | Freibier (Schwaben Bräu) |
| 8 | Startnummernausgabe Kinder-/Jugendläufe, Mini-Marathon und Bambini-Lauf | 25 | Teamtreffpunkt Bechtle |
| 9 | Eugen & Friends Stiftung (Ukraine Hilfe) | 26 | Teamtreffpunkt Audi |
| 10 | Ausgabe Teilnehmerwein | 27 | Teamtreffpunkt Volksbank |
| 11 | Rollender Robert (Wein & Sekt) | 28 | Teamtreffpunkt Schwarz-Gruppe |
| 12 | Medaillengravur | 29 | Waffeln (die Genusszauberei) |
| 13 | Essen & Trinken | 30 | Mühle Gessmann |
| 14 | Mandelbrennerei Riedel | 31 | Coffee Bike |
| 15 | AOK-Aufwärmprogramm für Halbmarathon | 32 | Mitmach-Aktionen von Heilbronner Sportvereinen (Samstag) |
| 16 | Siegerehrung | 33 | Massage |
| 17 | Spätzle-Party (Sa.) / VIP-Bereich (So.) | | |



Tourist-Information

22. HEILBRONNER TROLLINGER MARATHON

- Marathon
- Halbmarathon
- 10km Lauf,
Walking, Nordic Walking
- Zehnteleslauf (4,5 km)



H



22. HEILBRONNER
**Trollinger
Marathon**
5. Mai 2024

Danke!

Ohne die Unterstützung unserer Sponsoren
und Partner wären Großevents wie der
Heilbronner Trollinger Marathon nicht möglich.
Herzlichen Dank dafür!

