

Xtrem
Marsch



4. XTREM MARSCH DER FELDBERGWALK 2024

AM 13.04.2024
AB 09:00 UHR

INFOLETTER



Lieber Xtrem Marsch Teilnehmer,

es ist soweit! Am 13.04.2024 findet unsere 4. Xtrem Marsch – Der Feldbergwalk statt. Wir freuen uns riesig, dass du dabei bist! Auf den nachfolgenden Seiten haben wir dir alle Informationen zusammengestellt, die für deine Teilnahme am Event wichtig sind. O.K., es ist eine ganze Menge Lesestoff – aber wir bitten dich, dir für einen reibungslosen Ablauf die Zeit zu nehmen. Danach dürften wirklich alle offenen Fragen geklärt sein – und falls nicht, schreib uns einfach eine E-Mail an info@wuwhochtaunus.de Vielen Dank!

Die wichtigsten Fakten auf einen Blick

Check-IN

Auch, wenn die Aufregung noch so groß ist und du am liebsten sofort loslaufen möchtest: Bitte sei **maximal 30 Minuten vor deiner Startzeit** da. Dies ermöglicht einen kurzen Check-In-Prozess und einen pünktlichen Start.

Wichtig: Bring zum Check-In auf jeden Fall **dein Ticket** mit – entweder ausgedruckt oder in digitaler Form auf dem Smartphone.

Du hast im Vorfeld ein **T-Shirt** bestellt? Super! Dein bestelltes Shirt kannst du beim Check-In vor dem Start oder wahlweise auch im Ziel am Anmeldecounter abholen.

Ablauf am Start

Unser Start-/Zielbereich befindet sich hier:

Parkplatz Station Hohemark (Endhaltestelle U3, Hohemarkstraße 190, 61440 Oberursel (Taunus))

Wichtige INFO:

- **Darüber hinaus bitten wir dich, einen eigenen Behälter für Snacks und einen Becher mitzubringen. Wir werden aus umweltschutzgründen KEINE Becher ausgeben!** Eine einfache Kunststoffdose o.ä. reicht aus. Damit kann die Ausgabe von Snacks an den Verpflegungsstationen kontaktlos erfolgen – und Müll vermeiden wir auch.

An der Verpflegungsstation

An jeder Verpflegungsstation gibt es verschiedene **Leckereien und Getränke**. Wir verraten euch nur so viel: Verhungern wird niemand – und es ist wirklich für jeden Geschmack etwas dabei.

Wandern ist ein Sport in der Natur. Deswegen liegt es uns selbstverständlich am Herzen, die Natur zu schützen und selbstverständlich **keinen Müll** in die Landschaft zu werfen. An jeder Verpflegungsstation stehen ausreichend Müllbeutel für diesen Zweck bereit. Auf der Strecke gibt es keine Mülleimer!

Notfälle

Dir geht es nicht gut, dir tut etwas weh oder du hast dir eine Blase gelaufen? Für solche Zwecke haben wir für unsere Verpflegungsstationen **Sanitäter** organisiert, die dir in kleineren Fällen direkt helfen können.

Sollte sich unterwegs **ein medizinischer Notfall** ereignen bzw. solltest du dich so sehr verletzen, dass du deinen Weg nicht mehr fortsetzen kannst, wende dich bitte an die Leitstelle des DRK unter der Nummer

06172/19222

Das Team des wuwhohtaunus.de ist unter: Markus ist unter **01522/2743289** und Melly unter **0162/2988651** erreichbar.

Das nächstgelegene Krankenhaus befindet sich hier:

Hochtaunus-Kliniken gGmbH
Zeppelinstraße 20
61352 Bad Homburg vor der Höhe
Telefon: 06172 140

Toiletten

Keine Sorge, auch daran haben wir gedacht. Toiletten sind nicht nur im Start- und Zielbereich, sondern auch an allen Verpflegungsstationen.

An- und Abreise

Für die An- und Abreise zum Start und vom Ziel bist du selbst verantwortlich. Wir haben aber keine Zweifel, dass du das schaffst.

Parken am Start- und Zielbereich

Parkplätze rund um den Start-/Zielbereich sind leider Mangelware. Wir empfehlen euch aus diesem Grund, mit öffentlichen Verkehrsmitteln anzureisen.

Wer dennoch mit dem Auto kommen möchte, findet an den nachfolgenden Standorten einige wenige kostenlose Plätze:

- Wiesenparkplatz Rolls Royce mit direkter U-Bahnanbindung (Zufahrt gegenüber der DRK Oberursel, Marxstrasse 28)
- Ehemaliges Autohaus an der Hohemarkstraße 110, 61440 Oberursel (Taunus)

Kostenpflichtige Parkplätze findet ihr hier:

- Parkplatz Hohemark, Hohemarkstraße 192, 61440 Oberursel (Taunus)

Wer öffentlich anreisen möchte, kann dies mit der U3 tun und bis zur Haltestelle Hohemark fahren. Die Haltestelle befindet sich rund 50 Meter vom Start-Zielbereich entfernt.

Urkunden und Medaillen

Endlich ist es geschafft, du hast das Ziel erreicht! Zur Belohnung bekommst du nun deine heiß ersehnte Medaille und deine Urkunde. Solltest du die Wanderung vorher abrechnen müssen, gehst du trotzdem nicht leer aus. Schicke uns eine E-Mail mit deinem Namen, deiner Adresse sowie einem Screenshot deines Trackings, aus dem hervorgeht, wie viele Kilometer du geschafft hast, per E-Mail an info@wuwhochtaunus.de und wir schicken dir deine Urkunde nachträglich zu.

Gesundheit

Bitte nicht vergessen: Gesundheit geht immer vor! Solltest du dich unterwegs nicht wohl fühlen, ist es unter Umständen besser, den Marsch zu beenden. So vermeidest du größere gesundheitliche Schäden.

Und sonst?

Bitte vergesst unterwegs das **Trinken** nicht und wandert nach Möglichkeit mit anderen Teilnehmern **in kleinen Gruppen** zusammen. Dies erhöht eure Sicherheit, falls euch unterwegs etwas passiert oder ihr Hilfe benötigt. Auch **Hunde** sind willkommene Teilnehmer – doch beachtet bitte, dass diese aus Sicherheitsgründen während des gesamten Marsches an der Leine zu führen sind.

Da es auf der Strecke auch unbefestigte Abschnitte oder steile Bergab-Passagen gibt, ist **festes Schuhwerk** unbedingt Pflicht. Sollten Straßen zu überqueren sein, tut dies bitte achtsam, vorsichtig und haltet alle Regeln der StVo unbedingt ein!

- Wollt ihr euch nach dem Marsch abholen lassen, verabredet euch bitte am besten auf dem Parkplatz Hohemark, Hohemarkstraße 192, 61440 Oberursel (Taunus)

Wo kann ich mich abholen lassen?

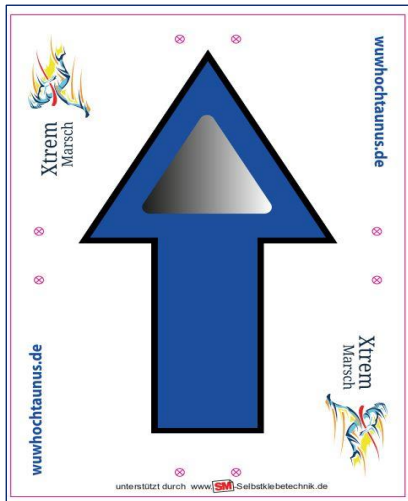
Sollte es nötig sein, dass ihr den Marsch vorzeitig beenden müsst, gibt es mehrere Punkte, an denen ihr euch von euren Freunden oder Verwandten abholen lassen könnt. Welche dies sind, haben wir nachfolgend für euch zusammengestellt:

Start/Ziel: Parkplatz Station Hohemark / Endhaltestelle U3, Hohemarkstraße 190, 61440 Oberursel (Taunus)

VP1 (10 KM): Parkplatz Feldberghaus, Großer Feldberg 5, 61389 Schmitten
VP2 (20 KM): Römerkastell Saalburg, Saalburg 1, 61350 Bad Homburg (nur 30 KM Strecke)

Streckenmarkierung

Damit ihr euch nicht verläuft, haben wir die Strecke für euch markiert. Orientieren könnt ihr euch unter anderem an unseren **blauen Pfeilen**, die wir gut sichtbar am Wegesrand anbringen. Darüber hinaus gibt es **weiße Sprühmarkierungen** auf dem Boden. Wir bitten euch deshalb, auf beide Markierungszeichen zu achten.



Leider lässt es sich im Vorfeld nicht immer vermeiden, dass durch Wind und Wetter Markierungen nicht mehr sichtbar sind oder Pfeile mutwillig entwendet werden. Aus diesem Grund empfehlen wir euch dringend, euch die Strecke im Vorfeld auf euer Smartphone zu laden und ebenfalls zur Navigation einzusetzen. So seid ihr immer auf der sicheren Seite und könnt euch nicht verlaufen. **Am besten ladet ihr euch die aktuelle Strecke am Freitagabend vor der Veranstaltung runter, denn es kann immer noch letzte Änderungen oder Anpassungen der Strecke geben.**

Auf einen Blick

Hier noch einmal zusammengefasst alle Infos auf einen Blick. Wir empfehlen euch, diese Seite auszudrucken oder als Screenshot im Handy zu speichern, damit ihr beim Marsch jederzeit Zugriff darauf habt.

Telefonnummern

Notfallnummer Sanitätsdienst: **06172/19222**
Notfallnummer Xtrem Marsch: Markus **01522/2743289**
Melly **0162/2988651**

Start/Ziel: Parkplatz Station Hohemark (Endhaltestelle U3, Hohemarkstraße 190, 61440 Oberursel (Taunus))

VP1 (10 KM): DRK Bergwacht, Großer Feldberg, 61389 Schmitten
VP2 (20 KM): Römerkastell Saalburg, Saalburg 1, 61350 Bad Homburg (nur 30 KM Strecke)

VIEL SPASS – WIR SEHEN UNS IM ZIEL!

