



**XTREM MARSCH 2021**

**#EVERYSTEPCOUNTS 3**

**DER FELDBERGWALK**

**INFOLETTER**



# Lieber Xtrem Marsch Teilnehmer,

Am **28.08.2021** ist es so weit und unser erstes kleines Lafevent der Xtrem Marsch #everystepcounts 3 – Der Feldberg Walk geht an den Start

**Und wir freuen uns riesig über deine Teilnahme!**

**Liebe Grüße von unseren Schirmherren Katja Adler, Michael Planer und dem Orga Team des wuwhohtaunus.de**

## Key Facts:

### Check-In

Bitte sei max. 30 Minuten vor deiner Startzeit da, auch wenn du dich noch einchecken musst. Bitte bring auf jeden Fall Dein Ticket mit zum Start (digital oder ausgedruckt).

Die **T-Shirts** könnt ihr am 28.08.2021 vor dem Start oder nach dem Zieleinlauf an der Anmeldung abholen.

### Ablauf am Start

Der Start/Zielbereich ist auf dem Parkplatz der U3 Endstation Hohemark, 61440 Oberursel

W3W: ///jungen.frieden.pferde

Google Maps: <https://goo.gl/maps/GUk8BtWRqsgSYU3LA>

Wir benötigen von dir am Einlass:

- **Dein Ticket, einen Testnachweis (Antigen-Schnelltest, nicht älter als 24 Stunden) oder einen Impfnachweis in Papier/digitaler Form (nur vollständige Impfungen werden akzeptiert) oder einen Genesungsnachweis und deinen Personalausweis**
- **Halte zu jedem Zeitpunkt mindestens 1,5 Meter Abstand zu den nächsten Wanderern, die nicht zu deiner Corona-konformen Gruppe gehören.**
- **Kommt innerhalb deines 30-minütigen Einlassfensters.**
- **Bringe eine medizinische Maske mit und trage sie an allen Orten, an denen du nicht alleine bist (Start, Verpflegungsstation, Ziel).**
- **Bringe einen Behälter und einen Becher mit. Die Ausgabe von Snacks an den Posten erfolgt kontaktlos.**
- **Eigenes Desinfektionsmittel wird empfohlen**

Eine Liste mit allen Testzentren in Oberursel findest Du hier: <https://heimvorteil-oberursel.de/kategorie/testzentrum/>

An der Verpflegungsstation sowie im Start/Zielbereich stehen ehrenamtliche Helfer mit Desinfektionsmittel bereit, an denen das Hände desinfizieren verpflichtend ist.

### An der Verpflegungsstation

An der Verpflegungsstation muss ein Mund- und Nasenschutz (OP-Maske oder FFP2-Maske) getragen werden sowie beim Betreten müssen die Hände desinfiziert werden. Zum Verzehr darf der Mundnasenschutz abgenommen werden.

Bitte bringt eine Tasse sowie ein Behältnis (Brotdose) mit, da die Essensausgabe kontaktlos erfolgen soll und wir natürlich auch Müll vermeiden wollen.

**Der Marsch ist anstrengend, daher bitten wir euch genug Flüssigkeit zu euch zu nehmen. Die Berge sind anstrengend und ihr verliert Flüssigkeit. Diesen Verlust gilt es auszugleichen.**

Den Müll, der bei der Wanderung auf dem Weg zum Verpflegungsposten oder auf dem Weg zum Ziel anfällt, bitte nicht in die Natur entsorgen. Ihr könnt ihr an der VP oder im Start/Ziel Bereich in die bereitgestellten Müllbeutel entsorgen.

Wir freuen uns, dass wir euch an der Verpflegungspunkt mit verschiedene Getränke und Leckereien anbieten können.

### Notfälle

An unserer Verpflegungsstation sowie im Start/Zielbereich sind Sanitäter anwesend, die Dir bei kleineren Wehwehchen wie Blasen, Schwellungen etc.helfen können.

Sollte dennoch etwas passieren erreicht ihr die Leitstelle des DRK unter

**06172/19222**

Das Team des wuwhohtaunus.de ist unter: **01522/2743289** erreichbar.

Das nächste gelegen Krankenhaus ist.

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

### Toiletten

Am Start und Zielbereich, sowie an der VP befinden sich Toiletten. Alle Kontaktoberflächen und Toiletten werden in regelmäßigen Abständen von 30 Min desinfiziert.

### Sauberkeit/Müll

Wir bitten alle Teilnehmer den Start, die Wege, die VP, sowie den Zielbereich sauber zu halten. Wenn auf der Strecke Müll anfällt, entsorge diesen bitte an der nächsten Verpflegungsstation. Da wir alle Sportler und Naturliebhaber sind, schützen wir die Natur, um auch folgende Xtrem Marsch Veranstaltungen durchführen zu können.

## An- und Abreise

Die An- und Abreise wird selbstständig von dir organisiert.

## Parken am Start/ Ziel:

Es sind nur wenige Parkplätze im Start/Zielbereich verfügbar.  
Wir haben folgende Parkmöglichkeiten für euch

Parkplatz Rolls-Royce (kostenlos)

Hier könnt Ihr in die U3 (kostenpflichtig) steigen und bis zur Endhaltestelle Hohemark fahren

W3W: ///sichten.frösche.gesundes

Google Maps: <https://goo.gl/maps/v4SSmauLt29wte67A>

Alternative Parkmöglichkeiten gibt es auf dem Parkdeck der Klinik Hohe Mark, hier fallen für die erste und zweite Stunde 1,- Euro Parkgebühr an, für jede weitere Stunde 50 Cent. Das Tagesticket kostet 5,- Euro.

W3W: ///bunten.vorweisen.erlöse

Google Maps: <https://goo.gl/maps/brXraorotLgrpoDt5>

## Urkunden

Im Ziel erwartet dich deine Medaille und deine Urkunde. Solltest du die Wanderung abbrechen, kannst du uns nachträglich eine Mail mit deinen Namen, deiner Adresse sowie einen Screenshot deiner KM an [info@wuwhochtaunus.de](mailto:info@wuwhochtaunus.de), damit wir die deine Urkunde zuschicken können.

## Gesundheit

Bitte startet nur wenn Ihr euch Fit fühlt und hört auf euren Körper. Steigt lieber früher als später aus, denn die Gesundheit geht vor.

# Wir bitten euch um eure Mithilfe

- trinkt ausreichend Wasser
- wandert mit anderen Teilnehmern zusammen in kleinen Gruppen und seid untereinander hilfsbereit und helft anderen die Hilfe benötigen
- nicht die Wanderwege zu verschmutzen (Ihr könnt euren Müll an der VP oder im Start/Zielbereich entsorgen)
- Die Pfandflaschen wieder an der VP oder im Start/Zielbereich abzugeben
- Die Hygienerichtlinien zu beachten und zu beherzigen
- Bitte haltet euch bei der Überquerung von Straße und Kreuzungen an die StVo.
- Solltet Ihr Hunde mitnehmen sind diese die ganze Zeit anzuleinen.
- **Im Wald gilt ein absolutes Rauchverbot!!!**
- **Festes Schuhwerk wird empfohlen da es auch offline Abschnitte gibt. Ebenfalls gibt es steile Downhill Passagen!**

Zu dieser Veranstaltung sind keine Zuschauer im Start/Ziel Bereich sowie am Verpflegungspunkt zugelassen. Wenn Ihr abgeholt werdet, bitte dieses für den Bus-/Bahnhof an der Endhaltestelle U3 oder an der Bushaltestelle Feldberg verabreden.

# Wo könnt ihr euch abholen lassen?

Start/Ziel: Der Start/Zielbereich ist auf dem Parkplatz der U3 Endstation Hohemark, 61440 Oberursel

W3W: ///jungen.frieden.pferde

Google Maps: <https://goo.gl/maps/GUk8BtWRqsgSYU3LA>

VP1: DRK Bergwacht

W3W: ///betreiber.erleichterung.bemüht

Google Maps: <https://goo.gl/maps/z9U3k5QvUHlRjYWf6>

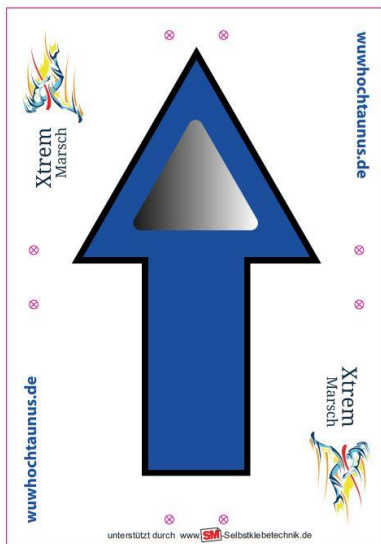
Im Ziel erwarten wir dich als Finisher mit deiner Medallie und deiner Urkunde sowie einem alkoholfreien Finisherbier.

Sobald du dich Fit genug fühlst, bitten wir dich die Heimreise anzutreten. Warte bitte im Zielbereich nicht auf Freunde, Bekannte oder andere Mitläufer da wir die Anzahl geringhalten müssen und große Ansammlungen vermeiden wollen.

## Markierung

Wir haben dir Strecke wie folgt markiert:

Pfeile die wir gut sichtbar am Wegesrand anbringen



Sowie Bodenmarkierungen mit einem umweltfreundlichen Kreidespray



# Hygienehinweise

- Wenn du vor dem Start positiv auf Covid-19 getestet worden bist, bleibe bitte wir dich uns unter [info@wuwochtaunus.de](mailto:info@wuwochtaunus.de) oder telefonisch zu Informieren. Wir bitten dich ebenfalls nicht zur Veranstaltung zu kommen sondern dich umgehend in Quarantäne zu begeben und auf weitere Instruktionen des Gesundheitsamtes zu warten.
- Die Toiletten und Kontaktoberflächen werden in einem Anstand von ca. 30 Minuten desinfiziert.
- Im Start/Zielbereich und an der Verpflegungsstation gilt Mund- und Nasenschutzpflicht (OP-Maske oder FFP2-Maske), außer beim Verzehr von Speisen (bitte denkt daran, euch einen Mund- und Nasenschutz (OP-Maske oder FFP2-Maske) mitzubringen).
- Bitte haltet zu anderen Personen einen Abstand von mindestens 1,5 Meter.
- Bitte folgt der gekennzeichneten Strecke und haltet euch an die Anweisungen des wuwochtaunus Staff.
- Wir eine Person in eurer Startergruppe positiv getestet werden wir euch umgehen Informieren
- Besucher an Start/Ziel und an dem Verpflegungspunkt sind nicht gestattet.



# Info- Übersicht

## **Telefonnummern**

Notfallnummer Sanitätsdienst: **06172/19222**

Notfallnummer Xtrem Marsch: **0152/22743289**

**Start/Ziel:** Der Start/Zielbereich ist auf dem Parkplatz der U3 Endstation Hohemark, 61440 Oberursel

W3W: ///jungen.frieden.pferde

Google Maps: <https://goo.gl/maps/GUk8BtWRqsgSYU3LA>

## **VP1: DRK Bergwacht**

W3W: ///betreiber.erleichterung.bemüht

Google Maps: <https://goo.gl/maps/z9U3k5QvUHlRjYWf6>

## **E-Mailadresse**

[info@wuwhohtaunus.de](mailto:info@wuwhohtaunus.de)

## **Homepage**

[www.wuwhohtaunus.de](http://www.wuwhohtaunus.de)