

# XTREM MARSCH 2023

TICKETS  
GIBT'S  
HIER:



**WAS?** 10 km Jedermann- und Firmen-Lauf  
30 km / 50 km Wanderung

**WANN?** 14.10.2023

**WO?** 61440 Oberursel



Veranstalter: Wandern und Walken für den guten Zweck Hochtaunus e.V. | [www.wuwhochtaunus.de](http://www.wuwhochtaunus.de) | [info@wuwhochtaunus.de](mailto:info@wuwhochtaunus.de)

# Lieber Xtrem Marsch Teilnehmer,

es ist soweit! Am 14.10.2023 findet unser 3. Xtrem Marsch Oberursel 2023 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](mailto:info@wuwhochtaunus.de) Vielen Dank!

## Die wichtigsten Fakten auf einen Blick

### Check-In zum Event

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:

**Camp-King-Park, 61440 Oberusel.**

**Zugang über die Camp-King-Allee oder über den Eichwäldchenweg**

## **Wichtige Infos zum Check-In:**

- Dein Ticket und gute Laune
- Darüber hinaus bitten wir dich, **einen eigenen Behälter** für Snacks und einen **Becher** mitzubringen. 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**

Hier könnt ihr euch Snacks oder Getränke aus unserem Angebot aussuchen. Es ist für jeden was 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.

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

## **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 wuwhoctaunus.de ist unter: **01522/2743289** 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 vorhanden und werden von uns regelmäßig gereinigt und desinfiziert. Am Start/Ziel, am Schaafshof (50KM) und an der Saalburg (50 KM) wird es Dixi Toiletten geben. Am Taunusinformationszentrum und auf dem Feldberg (30 und 50 KM) stehen öffentliche Toiletten zu Verfügung.

### **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:

- Außenparkplatz Rolls Royce, Hohemarkstraße 32, (Zufahrt über die Marxstrasse) 61440 Oberursel (Taunus) ist c. 2 KM vom Start entfernt. Hier stehen 50 Parkplätze zu Verfügung.
- Ehemaliges Autohaus an der Hohemarkstraße 110, 61440 Oberursel (Taunus) ist ca. 500 Meter vom Start entfernt.

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 Kupferhammer fahren. Die Haltestelle befindet sich rund 500 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 abbrechen 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](mailto: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 hier:

**EDEKA Parkplatz, Camp-King-Allee 2, 61440 Oberursel**

### 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: Camp-King-Park, 61440 Oberursel. Zugang über die Camp-King-Allee oder über den Eichwäldchenweg

VP1 (30 & 50 KM) Taunusinformationszentrum, Hohemarkstraße 192, 61440 Oberursel

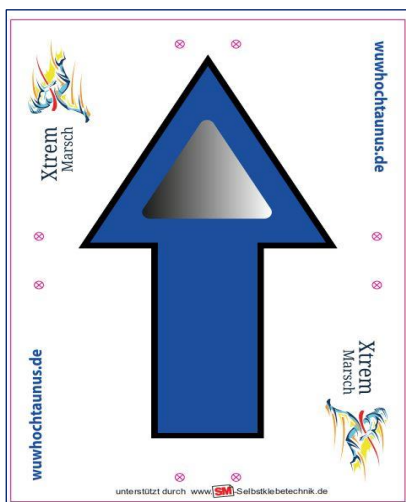
VP2 (50 KM) Gestüt Schafhof, Schwalbacher Straße 1, 61476 Kronberg

VP2/3 (30 & 50 KM) DRK Bergwacht, Großer Feldberg, 61389 Schmitten

VP4 (50 KM) Saalburg, Saalburg 1, 61350 Bad Homburg vor der Höhe

### 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.

# 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: **0152/22743289**

**Start/Ziel: Camp-King-Park, 61440 Oberusel. Zugang über die Camp-King-Allee oder über den Eichwäldchenweg**

**VP1 (30/50KM): Taunusinformationszentrum, Hohemarkstraße 192, 61440 Oberusel**

**VP2 (50 KM): Gestüt Schafhof, Schwalbacher Straße 1, 61476 Kronberg**

**VP 2/3 (30/50 KM): DRK Bergwacht, Großer Feldberg, 61389 Schmitten**

**VP4 (30/50 KM): Saalburg, Saalburg 1, 61350 Bad Homburg vor der Höhe**

## E-Mailadresse

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

## Homepage

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

**VIEL SPASS – WIR SEHEN UNS AM START  
UND HOFFENTLICH IM ZIEL!**