

WETTKAMPF

Der SIMM (Swiss International Mountain Marathon) ist DER einzigartige Outdoor-Event für Orientierungsläufer, Trail-Runner, Berg-, Lauf-, Ausdauer- und Abenteuer-Sportler, Walker und Wanderer, für Damen und Herren, im Zweierteam, als Couple oder gar mit der Familie, kurz:

FÜR BERGSPORTFREUNDE MIT KÖPFCHEN

Der Weg über die vorgeschriebenen Kontrollpunkte ist frei wählbar und nur mit Hilfe von Karte und Kompass sowie der eigenen Verpflegung und Sicherheitsausrüstung zu bewältigen. Ein Minimum an Material für die Übernachtung am Ziel der ersten Etappe im Gelände, für Verpflegung und Erste Hilfe ist vorgeschrieben und muss im Rucksack über die gesamte Distanz mitgetragen werden.

Für Kenner und Könner im Umgang mit der Karte gibt es drei Parcours genannt ‚Orientierung-Marathon‘. Die beiden Parcours ‚Trail-Marathon‘ hingegen führen mehrheitlich entlang der Wanderwege, hier reichen Grundkenntnisse im Kartenlesen aus.



LAUFZENTRUM

Das Wettkampfbüro befindet sich in Schwarzsee / FR und ist am Freitagabend von 18:00 – 20:00 Uhr und am Samstagmorgen von 08:00 - 09:30 Uhr geöffnet. Alle notwendigen Laufunterlagen werden dort abgegeben. Weitere Details zu gegebener Zeit auf www.thesimm.ch

ANREISE

Wir empfehlen eine Anreise bereits am Freitag oder früher. Schwarzsee ist mit öffentlichem Verkehr gut erreichbar. Beschränkte Übernachtungsmöglichkeiten: Konsultiert bitte unsere Webseite.

PARCOURS / KATEGORIEN

Orientierung-Marathon (für Kartenleser)

1 Strong 48 km / 4300 m für physisch leistungsstarke AthletInnen

3 Light 34 km / 2800 m für ErlebnisläuferInnen

5 Score max. 5 Stunden pro Tag mit eigener Postenwahl / -reihenfolge

Trail-Marathon (für wenig Kartenerfahrung)

7 Strong 52 km / 4000 m physisch anspruchsvoll, viele Wege

9 Light 32 km / 2600 m für ErlebnisläuferInnen, viele Wege

- Die Streckendaten entsprechen neu der effektiven Strecke + Steigung auf einer angenommenen Idealroute. (Bisher: Strecke = Luftlinie)
- Ein Team besteht zwingend aus 2 Personen, die während dem ganzen Wettkampf zusammenbleiben müssen.
- Auf jedem Parcours dürfen reine Damen- und Männerteams oder auch Couples starten.
- In den Parcours-Gesamtranglisten werden Damen / Männer / Couples speziell aufgeführt.
- Auf den Parcours 3, 5 und 9 können auch Familien mit mehr als 2 Personen starten, auch sie werden in der Parcours-Gesamtrangliste speziell aufgeführt.
- Die bisherige Challenge Wertung (Handicap-Formel) überdenken wir.
- Jugendliche unter 16 Jahren (Jahrgang 2003 und jünger) dürfen nur in Begleitung von Erwachsenen starten.
- Je nach Möglichkeit werden die Erstklassierten der Parcours-Gesamtranglisten sowie die besten Teams in den Kategorien Damen (D), Männer (M), Couples (C) und Familien (F) mit Preisen ausgezeichnet.
- Für den Parcours 5 Score haben wir nach den Unklarheiten 2018 jetzt ein klares Reglement ausgearbeitet, welches auf der Webseite angeschaltet ist.

WEITERE INFORMATIONEN

- Massenstart ist am Samstagmorgen um 10:30 Uhr (Score 10:45 Uhr). Wegen der Anmarschzeit zum Start sind die Wettkampfvorbereitungen frühzeitig abzuschliessen!
- Jedes Team erhält nach dem Start entweder die Karte mit den eingedruckten Bahnen (Score/Trail) oder ein Aufgabenblatt mit Postenbeschreibungen und Koordinatenangaben, nach denen der Parcours auf die Karte übertragen wird.

- Jedes Team muss alle Kontrollposten gemeinsam passieren und die vorgeschriebene Ausrüstung jederzeit bei sich tragen.
- Einige Posten sind durch Helfer besetzt und mit Funk ausgerüstet.
- Am Ziel des ersten Tages wird mit dem eigenen, mitgetragenen Material biwakiert. Zeltplatz, ToiToi und Wasser sind vorhanden. Im Biwak dürfen keine offenen Feuer entfacht werden.
- Jagdstart am Sonntagmorgen ist ab 07:00 Uhr. Alle Teams mit mehr als 1 Std. Rückstand starten um 08:00 Uhr beim Massenstart (inkl. Score).
- Nach dem Zieleinlauf (an beiden Tagen) wird die Ausrüstung stichprobenweise kontrolliert. Teams mit unvollständiger Ausrüstung werden disqualifiziert!
- Am Sonntagnachmittag findet eine Siegerehrung/Preisverteilung statt.
- Kurz vor dem Event-Weekend werden bei Bedarf weitere Infos auf der Webseite publiziert!



LAUFGEBIET / LAUFKARTEN

Das Laufgebiet (vorwiegend voralpin) liegt zwischen rund 1000 und 2200 m.ü.M. Gelaufen wird mit der Nationalen Landeskarte Blatt No. 1226 / Boltigen. Es wird pro Team eine Karte abgegeben, bei der Anmeldung können weitere Blätter bestellt werden. Eigene Karten dürfen mitgebracht werden. GPS ist verboten!

DURCHFÜHRUNG / VERSICHERUNG

Der Lauf findet auch bei schlechtem Wetter statt. Versicherung ist Sache der Teilnehmer. Das Ausrüstungskontrollblatt ist an der Registration vollständig ausgefüllt abzugeben (Download auf der Website). Bei Unwettern, Gewittern, Schnee oder anderen unvorhersehbaren Ereignissen kann der Wettkampf verkürzt, abgebrochen oder abgesagt werden.

ANMELDUNG/STARTGELD (Meldeschluss 29.7.2019)

Die Anmeldung erfolgt über die homepage www.thesimm.ch
Startgeld bis 28.02.2019 = CHF 120.- pro Team (für beide Tage)
Startgeld bis 29.07.2019 = CHF 140.- pro Team (für beide Tage)

CLUB-RABATT

Macht Teilnehmerwerbung in Euren Clubs! Wir belohnen auch dieses Jahr wieder Sammel-Anmeldungen durch Clubs mit der Rückzahlung eines Startgeldes pro 6 gestartete Teams! Details: siehe Webseite.

HAFTUNGS-AUSSCHLUSS

Die Organisatoren lehnen jegliche Haftung ab. Mit ihrer Unterschrift auf dem Ausrüstungsblatt (das an der Registration abgegeben werden muss) bestätigen die TeilnehmerInnen, dass sie im Besitz einer gültigen Unfallversicherung sind und das vom OK Mountain Marathon festgelegte Reglement akzeptieren!

WWW.THESIMM.CH

Auf unserer Webseite sind viele weitere Infos zu finden:

Online Anmeldeportal, Reglemente, Start- und Ranglisten, Impressionen vergangener Jahre, Merkblätter ‚Ausrüstung‘ und ‚Medizinische Tipps‘.

AUSKUNFT

Swiss International Mountain Marathon
Gérard Baumgartner
Brunnmattstrasse 11
CH – 3266 Wiler

Telefon: +41 32 392 30 71
Mobile : +41 79 580 54 53
E-mail : info@thesimm.ch

ENGLISH–FRANCAIS–ITALIANO -> www.thesimm.ch



© für alle Fotos by Daniel Vonwiller / SIMM 2018 Emmetten

