

Gladenbacher Grenzwege-Marathon

Gemeinschaftslauf - ohne Wettkampfscharakter

Samstag, 11. März 2017

Start und Ziel:

Sportplatz des SC Gladenbach

(Biedenkopfer Straße; großer Parkplatz)

ab 7.30 Uhr Meldung und Nachmeldung

7.50 Uhr Besprechung, Informationen

8.00 Uhr gemeinsamer Start

Veranstalter: Klaus Neumeister
(100 Marathon Club)



Landgraf Philipp I. von Hessen, auch Philipp der Großmütige genannt, ist bis heute in Erinnerung als Gründer der Philipps-Universität Marburg. Nach seinem Tod wurde 1567 die Landgrafschaft Hessen durch Erbteilung in die Landgrafschaft Hessen-Kassel (das spätere Kurfürstentum Hessen), die Landgrafschaft Hessen-Darmstadt (das spätere Großherzogtum Hessen) und die Landgrafschaften Hessen-Marburg und Hessen-Rheinfels aufgeteilt. Bereits nach einer Generation fielen die beiden letztgenannten Landgrafschaften durch Aussterben an die beiden anderen zurück.

Seit dieser Erbteilung verläuft die Grenze zwischen dem Kurfürstentum Hessen-Cassel und dem Großherzogtum Hessen-Darmstadt durch das Gladenbacher Bergland und bildet heute im Osten und im Süden die Gladenbacher Stadtgrenze und auch die Grenze zwischen den beiden evangelischen Landeskirchen Hessen-Nassau und Kurhessen-Waldeck.

Im Jahre 1669 ließ der Landgraf Wilhelm VII. von Hessen-Cassel die kurhessische Grenze aufwendig durch Grenzsteine markieren, von denen einige bereits in den Jahren 1738 und 1754 erneuert werden mussten. Viele dieser historischen Grenzsteine sind noch bis heute erhalten.

Informationen und Hinweise

Gemeinschaftslauf Der Gladenbacher Grenzwege-Marathon wird nicht als Wettkampf, sondern in der Gruppe als Gemeinschaftslauf durchgeführt (deshalb keine Startnummern, keine Zeitnahme, keine Altersklassen, keine Streckenmarkierungen). Das Teilnehmerlimit liegt bei 25 Läuferinnen und Läufern. Die Startplätze werden nach Eingang der Anmeldungen vergeben. Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt.

Start und Ziel Der Lauf beginnt am Sportplatz des SC Gladenbach in der Biedenkopfer Straße (links von der B453 Richtung Biedenkopf gelegen), führt dann in einer großen Runde durch das schöne Gladenbacher Bergland und kehrt am Schluss wieder zum Ausgangspunkt zurück.

Lauftempo Das Tempo ist recht gemächlich, ca. 7:00 min./km; Laufzeit incl. Pausen ca. 6 ½ Stunden. Im Vordergrund stehen das Erlebnis und die Freude am Laufen. An schönen Stellen werden wir auch mal stehenbleiben, um die Landschaft und das Panorama zu genießen.

Strecke Die Strecke des Gladenbacher Grenzwege-Marathons ist 42,2 Kilometer lang. Wir laufen zunächst nach Sinkershausen und Diedenshausen, um im Nordosten Gladenbachs auf die historische hessische Grenze zu stoßen. Nun folgen wir ca. 26 km den alten Grenzwegen und Grenzsteinen, überqueren dabei Bäche, durchstreifen Wiesen und Wälder, laufen über die Höhenzüge und gelangen schließlich im Südwesten Gladenbachs zu den Schneebergen. Dort verlassen wir die historische Grenze und laufen über Erdhausen zurück zum Gladenbacher Sportplatz. Es wird - dem Grenzverlauf folgend - auf Wanderwegen, oft auch auf schmalen, unbefestigten Wegen, Ackerrainen, Pfaden und Steigen gelaufen, quer durch Wald und Feld, über Wurzeln, Äste, Steine und Geröll, vorbei an 89 markanten Grenzsteinen, manchmal steil bergauf und bergab (ca. 1.050 Höhenmeter), immer abseits der breiten Straßen. Asphaltierte Wege gibt es lediglich in den Ortslagen und bei Straßenüberquerungen.

Verpflegung, Pausen, Kleiderbeutel Auf der Strecke gibt es sechs Verpflegungsstellen mit reichhaltigem Angebot. Hier werden jeweils kleine Pausen eingelegt. Ein Begleitfahrzeug fährt die Verpflegungsstellen an. Kleiderbeutel und Ersatzschuhe können in diesem Fahrzeug deponiert werden.

Gesundheit Wichtig ist, dass alle Teilnehmenden in einem guten gesundheitlichen Zustand sind, einen ausreichenden Trainingsstand besitzen und sich nicht überfordern. Wer merkt, dass er der Gruppe nicht mehr folgen kann, sollte an der nächsten Verpflegungsstelle den Lauf beenden. Eine Rückfahrt mit dem Begleitfahrzeug ist allerdings nur bedingt möglich.

Ausrüstung Es wird unbedingt zu gut profilierten und wasserabweisenden Laufschuhen (Trailshuhen) geraten. Die Mitnahme eines Handys ist sinnvoll, um sich gegebenenfalls verständigen zu können.

Umkleiden und Duschen gibt es im Sportheim bei Start und Ziel.

Organisationsbeitrag Es wird ein Organisationsbeitrag von 10,00 Euro erhoben (für Verpflegung und Benutzung des Sportheims). Bitte zum Lauf mitbringen!

Auszeichnung Alle Teilnehmenden, die den Gladenbacher Grenzwege-Marathon bewältigen, erhalten als Auszeichnung eine Urkunde (direkt nach dem Lauf oder per E-Mail).

Anmeldung bitte per E-Mail bis spätestens Freitag, 10. März 2017, 18.00 Uhr
Angaben: Vorname, Name, Wohnort, Altersklasse, evtl. Verein
Meldeadresse: Klaus Neumeister, 35075 Gladenbach, E-Mail: klaus.neumeister@gmx.net.
Nachmeldung ist am Veranstaltungstag ab 7.30 Uhr bis 15 Minuten vor dem Start möglich, soweit das Teilnehmerlimit noch nicht erreicht ist.



Sicherheit Die Straßenverkehrsordnung ist zu beachten! Die Teilnehmenden sind für das sichere Überqueren der Straßen selbst verantwortlich.

Müll Wir laufen und verhalten uns umweltbewusst! Abfälle bitte nur in Müllbehälter auf der Strecke oder in Müllbeutel an den Verpflegungsstellen entsorgen.

Haftung Der Veranstalter haftet nicht bei Unfall und Diebstahl, auch nicht für Schäden und Verletzungen jeder Art, die durch die Teilnahme am Gladenbacher Grenzwege-Marathon und dem Rahmenprogramm entstehen.

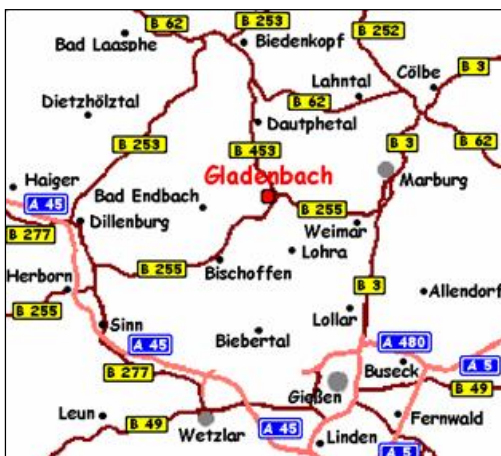
Nach dem Gladenbacher Grenzwege-Marathon gibt es ein gemütliches Beisammensein mit Getränken, Kaffee und Kuchen und anderen Köstlichkeiten. Hierfür kann jede/r etwas mitbringen und beisteuern.

Höhenprofil ca. 1.050 m +/-, höchster Punkt: 439 m



Anreise

Gladenbach liegt an der B255 und an der B453.



Stadtgebiet Gladenbach

Sportplatz / Sportheim Biedenkopfer Str.
(großer Parkplatz)

