

Programm Samstag, 25. Mai 2013

- 16.00–20.00 Uhr** Startnummernausgabe, Nachmeldung und Kleiderabgabe für Transport bis Ziel Schurren und Gamperney
- ab 17.30 Uhr Kids-Lauf** 17.30 Uhr Mikro Mädchen / 17.40 Uhr Mikro Knaben
17.50 Uhr Mini Mädchen / 18.00 Uhr Mini Knaben
18.10 Uhr Midi Mädchen / 18.25 Uhr Midi Knaben
18.40 Uhr Maxi Mädchen und Knaben
Nachmeldungen sind bis 30 Minuten vor dem Start möglich.
- 17.30–20.00 Uhr Pasta Party** Geniessen Sie ein günstiges Nachtessen in einem speziellen Ambiente (Für angemeldete Läuferinnen und Läufer gratis)
- ab 19.30 Uhr** Rangverkündigung Kids-Lauf

Programm Sonntag, 26. Mai 2013

- 7.30–9.15 Uhr** Startnummernausgabe und Nachmeldungen
- 7.30–8.30 Uhr** Gratis Zuschauertransport bis Ziel Jugend-Lauf
- 8.15 Uhr** **Letzte Kleiderabgabe für Transport bis Ziel Jugend-Lauf/Gamperney**
- 9.00 Uhr** Start Jugend-Lauf
- 9.15 Uhr** **Letzte Kleiderabgabe für Transport bis Punkt 1080** (Effektensäcke müssen hier bis spätestens 13.00 Uhr abgeholt werden)
- 9.30 Uhr** Start Berglauf und Nordic-Walk
- ab 10.10 Uhr** Eintreffen der ersten Läufer und Läuferinnen bei der Gamperney-Hütte
- 12.00 Uhr** Zielschluss bei der Gamperney-Hütte
- 13.00 Uhr** Rangverkündigung Jugend-Lauf
- 13.45 Uhr** **Letzter Rücktransport Läufer und Zuschauer ab Rätikon**
- 14.00 Uhr** Rangverkündigung Berglauf, Schulanlage Unterdorf Grabs



25. und 26. Mai 2013 Gamperney-Berglauf

Kids-Lauf

Jugend-Lauf

NEU: mit Schulhauswertung

Berglauf

Nordic-Walk



www.gamperney-berglauf.ch

Schulanlage
Unterdorf Grabs



Hauptsponsor:

RAIFFEISEN

Medienpartner:

Werdenberger & Obertoggenburger
BUCHSMEDIEN AG

Dieser Lauf respektiert die
Umwelt-Empfehlung von



Einzelanmeldung Per Internet: unter www.gamperney-berglauf.ch
Durch Einzahlung des Startgeldes mit beiliegendem Einzahlungsschein
(Bitte beim Einzahlungsschein die Rubrik Mitteilungen vollständig ausfüllen.)

Team-Anmeldung Durch Abgabe einer Liste mit Namen, Vornamen, Geburtsjahr und
Geschlecht aller Gruppenmitglieder bei der Information
(Vorlage auf www.gamperney-berglauf.ch)

Nachmeldungen Bis eine halbe Stunde vor dem Start möglich.
Nachgebühr CHF 5.00 / € 4.00 (ausgenommen Kids-Lauf)

Meldeschluss: **Mittwoch, 15. Mai 2013**
Anmeldungen bis zu diesem Datum für die Strecken bis Gamperney nehmen
an einer Spezialverlosung teil.

Startgeld: Männer, Frauen, Espoirs,
(inkl. Depot CHF 5.00/ alle Seniorenkategorien CHF 30.00 / € 25.00
€ 4.00 für den Junioren, Juniorinnen CHF 25.00 / € 20.50
Kleidertransportsack alle Jugend- und Kinderkategorien CHF 20.00 / € 16.50
ausser Kids-Lauf) Kids-Lauf (kein Kleidertransportsack) CHF 7.00 / € 5.50

Auskunft/Information über Unterkünfte Andrea Gerber, Hinterwinkel 1, 7304 Maienfeld
Fon P: +41 (0)77 411 04 76
Email: anmeldung@gamperney-berglauf.ch / www.gamperney-berglauf.ch

Auszeichnungen/Preise Alle Teilnehmer des Kids-Laufes erhalten eine Erinnerungsmedaille.
Alle andern Teilnehmer bekommen einen Erinnerungspreis.
An die besten Läuferinnen und Läufer pro Kategorie werden Naturalpreise
abgegeben. Weitere Preise werden verlost (Informationen am Lauf beachten)
An die 5 tagesschnellsten Läuferinnen wird ein Preisgeld von insgesamt
CHF 1'650.00 ausbezahlt.
An die 10 tagesschnellsten Läufer wird ein Preisgeld von insgesamt
CHF 3'350.00 ausbezahlt.
Die Barpreisgewinner und -gewinnerinnen erhalten KEINE Naturalpreise
Nordic-Walk: Erinnerungspreis und Preisverlosung

Startnummern Müssen sichtbar auf der Brust getragen werden.

**Startgelände/Umkleide-
raum/Duschen** Mehrzweckanlage Unterdorf, Grabs

Kategorien Bei einer Mindestbeteiligung von sechs Angemeldeten können
folgende Kategorien ausgetragen werden:

Kids-Lauf Mikro (ca. 100m) 2008 und jünger
Mini (ca. 400m) 2006–2007
Midi (ca. 800m) 2004–2005
Maxi (ca. 1200m) 2002–2003

Jugend-Lauf Männliche / weibliche Jugend 1996–1998
Ziel Schurren Knaben / Mädchen A 1999–2001
(5.8 km, 425 m Höhendifferenz) Knaben / Mädchen B 2002 und jünger

Berglauf Junioren / Juniorinnen 1994–1995 M45 / W45 1964–1968
Ziel Gamperney Espoirs Männer / Frauen 1991–1993 M50 / W50 1959–1963
(8.8 km, 1000 m Höhendifferenz) M20 / W20 1979–1990 M55 / W55 1954–1958
M35 / W35 1974–1978 M60 / W60 1949–1953
M40 / W40 1969–1973 M65 / W65 1948 und älter

Nordic-Walk Es wird keine Rangliste erstellt. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden
Ziel Gamperney alphabetisch mit der gelaufenen Zeit aufgeführt.

Team-Wettbewerb Das Reglement ist auf unserer Homepage ersichtlich.

Versicherung Ist Sache der Teilnehmer und Teilnehmerinnen. Der Veranstalter haftet nicht
für Diebstähle.

Doping Der Veranstalter hat das Recht, Dopingkontrollen durchführen zu lassen.

Kleidertransport Jeder Läufer kann Trockenwäsche nur im offiziellen Sack transportieren
lassen. Den letzten Zeitpunkt für die Abgabe der Säcke ersehen Sie aus dem
Veranstaltungsprogramm.

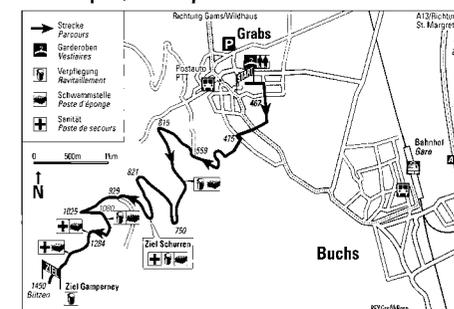
Rücktransport Ab Punkt 929 (siehe Kartenausschnitt) kann mit einem Bus zu Tal gefahren
werden. Der Transport ist gratis. Letzte Talfahrt ist 13.45 Uhr.

Zuschauertransport Personen, die den Lauf als Zuschauer erleben möchten, können zwischen
7.30 und 8.30 Uhr mit dem Bus gratis zum Ziel Schurren fahren.
(Bitte finden Sie sich frühzeitig bei der Schulanlage Unterdorf ein!)
Während des Laufes ist die Strecke für Fahrzeuge gesperrt.

Medizinische Betreuung Anweisungen des Rennarztes (auf der Strecke), der Samariter und der
Streckenposten sind strikte zu befolgen.

Ranglisten Eine vollständige Rangliste wird ab Sonntagabend nach dem Lauf auf der
Internetseite www.gamperney-berglauf.ch veröffentlicht.
Die vollständige Rangliste wird am Dienstag nach dem Lauf im
Werdenberger & Obertoggenburger veröffentlicht.

Streckenplan/Plan du parcours



Anreise:

Auto: A13: Ausfahrt Buchs, Richtung Grabs, Parkplätze sind signalisiert.

Zug: Bahnhof Buchs Süd, Postautobetrieb Richtung Grabs, Haltestelle Zentrum
Abfahrt Bahnhof Buchs 08.00, 09.00, 10.00...

Streckenprofil/profil du parcours

