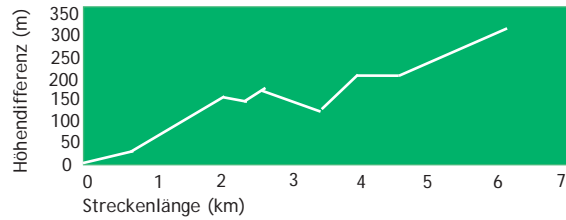




→ Höhenprofil der Strecke



..... Anfahrt Betreuer und Zuschauer ——— Laufstrecke

→ Anreise zum 22. Kasseler Herkules-Berglauf

Autobahn A7 bis Kasseler Kreuz. Von dort auf die A 44 in Richtung Dortmund bis zur Abfahrt Kassel-Wilhelmshöhe. An der Abfahrt links in Richtung Wilhelmshöhe auf die Konrad-Adenauer-Straße einbiegen. Dann weiter über die Druseltalstraße und die Baunsbergstraße zur Wilhelmshöher Allee. Die Schulstraße ist etwa 1.000 m vom Fernbahnhof Kassel-Wilhelmshöhe entfernt und auch mit der Straßenbahn Linie 1 zu erreichen.

22. KASSELER HERKULES-BERGLAUF 24. SEPTEMBER 2011

22. Kasseler Herkules-Berglauf



→ Samstag, 24.9.2011



→ mit Hessischen Meisterschaften



22. Internationaler Herkules-Berglauf

11. Hessische Berglauf-Meisterschaft

→ Veranstalter:

22. Herkules-Berglauf: PSV Grün-Weiß Kassel, Leichtathletikabteilung
 Veranstalter der Hessischen Berglaufmeisterschaft: Hessischer Leichtathletik-Verband

→ Austragungsort:

Kassel, Bad Wilhelmshöhe

→ Anmeldung und Start:

Reformschule in der Schulstraße am Straßenbahndepot Wilhelmshöhe

→ Startzeit:

Samstag, 24. September 2011, 15.00 Uhr

→ Start-Nummern-Ausgabe:

Ab 13.00 Uhr im Wettkampfbüro in der Sporthalle der Reformschule

→ Laufstrecke:

Schulstraße - Wilhelmshöher Allee - Mulangstraße - Löwenburg -
 Plutogrotte - Kaskadenrestaurant - Herkules

→ Streckenlänge:

Ca. 6,2 km, Höhendifferenz 320 m,
 insgesamt 370 zu laufende Höhenmeter

→ Umkleiden und Duschen:

In der Sporthalle der Reformschule

→ Kleidertransport:

Für alle Teilnehmer werden trockene Kleider zum Umziehen an das Ziel transportiert.
 Abgabe der Kleiderbeutel bis zehn Minuten vor dem Start an dem gekennzeichneten
 Transportfahrzeug.

→ Rückweg:

Fußweg zum Start durch den Bergpark Wilhelmshöhe mit vielen Sehenswürdigkeiten
 (Kaskaden, Schloss Wilhelmshöhe usw.)

→ Klasseneinteilung

Jugend B (m/w) (nur offener Lauf), Jugend A (m/w), Junioren (m/w), Männer und
 Frauen. Altersklassen ab M/W 30 im Fünfjahresrhythmus bis M 75 bzw. W 70
 Mannschaftswertung für Männer, Frauen, M/W 30/35, M/W 40/45, M 50/55, W 50 und
 älter, M 60 und älter.

→ Wertung

Diese Wertung erfolgt für den offenen Wettbewerb und die Landesmeisterschaften.
 Zunächst werden alle ins Ziel Kommenden in einer Männer bzw. Frauenklasse gewertet.
 Dies gilt für Einzelstarter und Mannschaftswertung. Ausgenommen sind die Jugend A+B.
 Das Mannschaftsergebnis erfolgt in der Addition der Zeiten. Danach erfolgt die Wertung in
 den Seniorenklassen ab M/W30/35 in Einzel in Fünferschritten sowie in der
 Mannschaftswertung in Zehnerschritten.

→ Staffellauf:

Auch in diesem Jahr gibt es ebenfalls wieder eine Wertung für Dreierteams. Es besteht
 die Möglichkeit, dass sich Einzelstarter, die sich die gesamte Strecke (noch) nicht
 zutrauen, mit Gleichgesinnten zu einem Team zusammenschließen. Gemischte Staffeln
 sind möglich.



→ Wechsellpunkte

Jedes Staffelmittglied läuft eine Teilstrecke des Berglaufs. Erster Wechsellpunkt ist nach
 ca. 2,1 km an der Löwenburg, der zweite Wechsel nach weiteren ca. 2,1 km am
 Kaskadenrestaurant. Das letzte Teilstück führt bis zum Ziel am Herkules. Jede Staffel
 ein Triathlon-Band mit einer Startnummer. Dieses wird als "Staffelholz" an den jeweils
 nächsten Läufer übergeben.

→ Umkleide und Duschen

In der Sporthalle der Reformschule.

→ Startgebühr:

Teilnehmer am offenen 22. Herkules-Berglauf: 8,00 Euro inklusive Berglauf-T-Shirt,
 Staffeln: 15,00 Euro inklusive drei Berglauf-Shirts. Nachmeldung: 2,00 Euro.

→ Startgebühr Teilnehmer Landesmeisterschaften:

Teilnehmer an den Landesmeisterschaften Männer/Frauen/Junioren/Senioren: 12,00
 Euro, Jugend: 9 Euro. Teilnehmer an den Landesmeisterschaften können ein Herkules-
 Berglauf-T-Shirt für 10,00 Euro erwerben.

→ Meldungen:

Für den 22. Kasseler Herkules-Berglauf bis 19.09.2011 an Herkules-Berglauf, Böllpfad 5,
 34292 Ahnatal, Infos: Tel.: 0561/933 2928, 05609/9518 oder E-Mail:
 info@kassel-marathon.de. Meldungen für die 11. Hessischen Berglaufmeisterschaften nur
 über den Landesverband (Geschäftsstelle) bis zum 13.9.2011

→ Nachmeldungen:

Nachmeldungen am Wettkampftag sind bis eine Stunde vor dem Start möglich.
 Für Nachmeldungen für die 11. Hessischen Berglaufmeisterschaften am
 Veranstaltungstag erhebt der HLV eine zusätzliche Gebühr von 15 Euro.

→ Streckenbeschreibung:

Die Laufstrecke führt zu fast 90 Prozent über asphaltierte Straßen (auf den letzten 2
 Kilometern stark ausgebeSSERT und daher uneben). Zwischen km 3,2 und km 4,1 werden
 Naturwege belaufen, die im Bereich der größten Steigung erhöhte Vorsicht wegen her-
 ausragender Steine erfordern.

→ Verpflegung:

Getränkeausgabe im Zielbereich am Herkules. Kaffee und Kuchen gegen geringes Entgelt
 in der Sporthalle

→ Siegerehrung:

Unmittelbar nach Beendigung der Auswertung in der Sporthalle der Reformschule

→ Ergebnislisten:

Ergebnisse im Internet unter www.psv-gwkassel.de

→ Haftung:

Die Veranstaltung wird nach den Bestimmungen der IWR durchgeführt. Der Veranstalter
 übernimmt für Schadensfälle jeder Art keine Haftung.

mit
 freundlicher
 Unterstützung
 von

e-on | Mitte
 E.ON Mitte Vertrieb

Caldener

Hütt