

## **Liebe Teilnehmer des Austria Backyard Ultra – Seekirchen 2023!**

Am 14.10.2023 um 09:00 Uhr startet der Austria Backyard Ultra in Seekirchen zum dritten Mal. Wir sind bereit für ein tolles Lauffest. Wir haben einige wichtige Punkte für euch nochmal zusammengefasst:

### **1) Anreise und Athletenzelt-Wiese**

Die meisten Teilnehmer werden mit dem Auto anreisen. Bitte verwendet die ausgewiesenen Parkplätze in Strandbadnähe.

Während unseres Eventwochenendes sind die kostenpflichtig ausgeschriebenen Parkplätze KOSTENLOS! Ihr müsst also keine Parkgebühren an den Automaten bezahlen.

**Falsch ausgestellte Strafzettel bitte an Norbert weiterleiten. ;-)**

Packt eure Zelte auf der Athletenwiese wie ihr es für richtig haltet. Bleibt dabei aber fair und denkt dran, ihr seid nicht alleine und andere Teilnehmer möchten diese Möglichkeit auch nutzen. Es gibt keine vorgegebene Platz-Einteilung von uns. Wir vertrauen auf eure Rücksicht untereinander und das Miteinander.

Läufer, die ausgeschieden sind, sollen bitte die besten Zeltplätze an der Startlinie freigeben. Je länger der Wettkampf dauert umso wichtiger ist, dass man so wenig Schritte wie nur möglich gehen muss.

Camping auf der Strandbadwiese ist natürlich kostenlos.

Strom ist auf der Wiese nur bedingt vorhanden. **Nehmt Licht mit Batterien/Akkus für euer Zelt mit.**

Ladevorrichtungen werden auf der Zeltwiese zentral aufgebaut und stehen zur freien Verfügung.

### **2) Startnummernabholung**

Samstag, 14.10.2023 von 07:00 Uhr – 08:30 Uhr

Bitte kommt frühzeitig zur Startnummernabholung und wartet nicht auf die letzte Minute um stressfrei die Vorbereitungen zu gestalten. Für euch UND für uns. ;-)

**Bitte halte EUR 10,- für die Kautions des Zeitnehmungschip bei der Startnummernabholung bereit.** Du bekommst diese Kautions nach dem Rennen wieder zurück.

**Nachmeldungen** sind vor Ort bis 1 Stunde vor dem Start möglich.

### **3) Personalisierte Startnummer**

Alle Teilnehmer, die bis zum 28.09.2023 um 24:00 Uhr angemeldet waren, erhalten eine personalisierte Startnummer.

### **4) Verpflegung für Läufer und Begleiter**

Vor Ort werden während der Veranstaltung Speisen und Getränke angeboten. Hier könnt ihr euch (und Betreuer/Begleiter) gerne zu günstigen Preisen versorgen. Die Erlöse aus dem Verkauf kommt dem Verein zugute.

An der **Verpflegungsstation** für Läufer im Start-/Zielbereich sind wir bemüht ein reichhaltiges und abwechslungsreiches Angebot bereitzustellen. Z.B.: Bananen, Apfel, Salzgebäck, Tomaten, Salz, Brote, Aufstriche, Cola, Iso, Wasser, Kuchen, usw.

Je nach Witterung und Temperaturen werden wir am Abend Suppen und/oder Pasta kochen.

Bitte hab Verständnis, dass wir die oben genannten Sachen nicht durchgehend anbieten können und wir noch nicht final wissen, welche Produkte wir tatsächlich organisiert bekommen.

Deshalb bitten wir dich zusätzlich einen **gewissen Vorrat an eigene Speisen mitzunehmen!** Vor allem wenn jemand gegen spezielle Inhaltsstoffe allergisch ist oder besondere Essgewohnheiten pflegt.

**Nimm dir bitte einen eigenen Becher für Getränke mit!!!** So können wir unnötigen Müll reduzieren.

### **5) Sanitäranlagen**

Toiletten stehen am Campingplatz ca. 30m vom Ziel entfernt zur Verfügung. Duschen sind ebenfalls im Gelände vorhanden.

### **6) Witterung**

Vor allem in den Nachtstunden kann es im Oktober sehr kalt werden. Der feucht-nasse Nebel am See kann die gefühlte Temperatur nochmal tiefer erscheinen. **Denke bitte auch selbst auf Hitze, Kälte und Regenschutz.**

### **7) Athleten-Frühstück**

Am Sonntag ist ein **Athleten-Frühstück** geplant für alle, die 24 Stunden (=100 Meilen) schaffen. Teilnehmer, die bereits früher ausscheiden, dürfen gerne unsere Teilnehmer am Sonntag noch anfeuern und unsere Gastro genießen.

### **8) Strecke und Umwelt**

Die Laufstrecke führt am Wallersee teilweise durch den natürlichen Lebensraum der Wassertiere. Du bewegst dich in der Natur mit Tieren und Pflanzen und hinterlässt diesen Lebensraum auch so, wie du ihn betreten hast.

Sollte jemand beim Müll wegwerfen oder unangemessenen Verhalten in der Natur erwischt werden, erfolgt eine unverzügliche Disqualifikation vom Wettkampf.

Die Vorfälle werden vom Orga-Team immer im Einzelfall gesondert beurteilt.

### **9) Streckenprofil**

Die Strecke ist mit ca. 45 Höhenmeter recht flach und nur durch ein paar kurze Hügel unterbrochen. Teile dir die Runde aber trotzdem gut ein. Es wird am Ende hart genug werden. ;-)

### **10) Pflichtausrüstung**

Es gibt abgesehen von Stirnlampe in der Nacht, keine Pflichtausrüstung. Trekkingstöcke sind NICHT erlaubt!

### **11) „Survivor“ – Medaille**

Besonders stolz sind wir auf unsere einzigartige „Survivor“ – Medaillen aus Holz, die jeder Teilnehmer nach seinem DNF bekommt.

### **12) DNF und Chiprückgabe**

Wenn du heulend im Ziel sitzt und keinen Bock mehr auf Laufen hast, **MUSST** du dich unbedingt bei der Orga **persönlich ABMELDEN!!!**

Wir wollen wegen dir keine Suchaktion in der Nacht starten müssen.

Bitte unbedingt deinen **Zeitnehmungschip wieder zurückgeben!**

### **13) Versicherung**

Bitte Sorge vor, dass du für etwaige Verletzungen und Ereignisse, die beim Laufen in der Natur passieren können, auch ausreichend versichert bist.

### **14) CHARITY-AKTION!!!**

Das Wichtigste kommt zum Schluß! Die ganze Veranstaltung ist für einen guten Zweck auf die Beine gestellt worden.

Wir sammeln für die Sonneninsel Seekirchen!

Die Sonneninsel Seekirchen ist seit vielen Jahren bekannt für die Nachsorge von Kindern, Jugendlichen und Familien, die von Krebs oder anderen schweren Krankheiten betroffen sind.

Vielfältige Angebote über Spiel&Sport, Therapieangebote, Ausflüge, uvm. werden durch private Spenden ermöglicht.

Wir wollen diese tolle und wertvolle Einrichtung in Seekirchen am Wallersee unterstützen und bitten um eure Mithilfe damit wir neue Geräte für die Sonneninsel besorgen können.

Details könnt ihr unter [www.sonneninsel.at](http://www.sonneninsel.at) nachlesen.

**Bitte vergiss nicht, nach deinem Lauf die EUR 1,- Spende pro gelaufene Runde in unsere Spendenbox für die Charity-Aktion zu werfen!!!**

Wir möchten euch einen perfekten Wettkampf bieten und euch so weit und lange wie möglich laufen sehen. Vielleicht kann der Weltrekord, der aktuell bereits über 100 Stunden beträgt, ja in Seekirchen überboten werden? Wir haben mehr als genug Zeit für euch reserviert.

Bei Fragen und Anregungen wende dich gerne per Mail an [austriabackyard@gmx.at](mailto:austriabackyard@gmx.at) oder telefonisch (Norbert +436608040877).

Wir freuen uns auf euch am 14.10.2023 in Seekirchen am Wallersee begrüßen zu dürfen.

Vielen Dank.

LG

Norbert und Team