



Wien Rundumadum 2020 - Der Weg ist das Ziel !

Newsletter 3/20

Liebe Teilnehmer

Wir haben wieder ein paar Informationen für euch!

VERPFLEGUNG:

Wie ihr ja bereits letzte Woche erfahren habt, werden wir dieses Jahr auf der Strecke keine offene Verpflegung/Getränke ausgeben können, sondern wir werden eure Verpflegungsbags auf die Stationen führen. In diesen Bags, die ihr beim Check-In abgeben könnt, sollte sowohl Essen als auch Getränke drinnen sein.

Wir sind allerdings gerade dabei eine kleine von uns geleitete Verpflegungsstelle beim Check-In zu organisieren. Diese beinhaltet sowohl etwas Verpflegung (vorgefertigtes Gebäck, Müsliriegel, Salzstoffs, Gummibären,...) als auch Wasserflaschen 0,5l. Hier könnt ihr dann eure Bags, vor der Abgabe, noch weiter befüllen.

Genauere Informationen darüber bekommt ihr noch in den nächsten Newslettern.

CHECK-IN:

Jede Strecke hat ihr eigenen Check-In Zeitfenster (bitte dieses unbedingt einhalten, der Check-In ist immer bis zum letzten Einzelstart des jeweiligen Startblockes geöffnet!).

- **130km Einzel:**
*Samstag 4:00 – 6:00
- **88km & 130km Staffel**
* Samstag 6:00 - 08:45
- **61km und 61km Staffel**
* Samstag 09:00 - 11:45
- **42km @ Nationalpark Lobau**
* Samstag 12:00 - 13:45

Folgendes gibt es beim Check-In zu erledigen:

- Abholung Startersackerl inkl. Teilnehmergoodie (bekommt dieses Jahr Jeder Teilnehmer)
- Abholung deines Startnummernbandes
- Auffüllen und Abgabe eurer Verpflegungsbags
- Abgabe eurer Dropbags

Den GPS Tracker bekommt jeder Teilnehmer dieses Jahr direkt bei der Startlinie

RUCKSACK

Der Rucksack muss aus Sicherheitsgründen folgendes beinhalten:

- Stimlampe
- Ersatzbatterien
- Handy (auf laut gedreht!)
- GPS Tracker (Bekommt ihr von uns beim Start am Rucksack befestigt)
- Streckenbuch
- reflektierende Bekleidung für die Nacht
(integriert in der Laufbekleidung oder Reflektortape oder Warnweste)
- Trinkflasche
- Regenjacke
- Rettungsdecke (gibt es z.B. beim Fostinger, ...)
- kleines Verbandszeug
- **Maske (2020 Neu im Rucksack)**

Der Trinkbecher wird dieses Jahr nicht benötigt, da ihr keine offenen Getränke bei den VS bekommt

RUCKSACK-CHECK

Wir werden auf den Verpflegungsstationen, während ihr eure Verpflegungsbags abholt, stichprobenartig euren Rucksack kontrollieren. Beim Check-In selbst werden wir den Rucksack nicht kontrollieren. Wir appellieren an eure Vernunft, denn vergesst nicht: all diese Dinge dienen EURER Sicherheit!

ABHOLUNG ÜBRIGGEBLIEBENE VERPFLEGUNG/ KLEIDUNGS DROPBAGS

Wer seine abgegebenes Verpflegungsbag auf der Station nicht benötigt, muss es natürlich nicht mitnehmen. Nicht abgeholte Bags werden von uns wieder ins Ziel mitgenommen (nach Karenzschluss) und können dort bis Sonntag um 8 Uhr abgeholt werden. Eure Kleidungs-Dropbags könnt ihr auch im Nachhinein noch eine Woche lang im Sportcenter Donaacity bei der Rezeption abholen.

Alle, die die letzten Newsletter noch nicht bekommen haben, können sich diese als PDF auf unserer Homepage unter <https://www.wien-rundumadum.at/news/> herunterladen.

Den nächsten Newsletter bekommt ihr dann nächste Woche

Bis dahin noch eine schöne Woche.

Eurer WRU Team