

HANDOUT TEILNEHMER

ETAPPEN:

- 1: 2. Juli Feichten (AT) – Thomas Penz Höhenweg – Start 09:30 Uhr Hotel Quellalpin
- 2: 3. Juli Pfunds (AT) – Frudiger Trail – Start 09:30 Uhr Ensplatz - **Streckenverlauf geändert (Holzarbeiten)**
- 3: 4. Juli Vná (CH) – Piz Arina Trail – Start 09:30 Uhr Vná - **Streckenverlauf geändert (Schnee)**
- 4: 5. Juli Nauders (AT) – Nauderer Höhenweg – Start 09:30 Uhr TVB Nauders
- 5: 6. Juli Graun (IT) – Reschensee Trail – Start 09:30 Uhr Parkplatz Reschensee

TIME LIMITS: VERPFLEGUNGSSTATIONEN / CHECKPOINTS:

Bitte die Time Limits jeder Etappe beachten (bei Verpflegungsstationen und Checkpoints) – mehr Infos auf der Homepage:

Etappe 1: V1 Langetsberger Alm 11:30 Uhr

Etappe 2: V2 Parkplatz Tschey 11:00 Uhr, V4 Parkplatz Tschey 13:30 Uhr

Etappe 3: ~~V1 Alp Discholas 10:45 Uhr, V2 Pradatsch 14:30 Uhr~~

Etappe 4: V2 Labaun Alm 12:15 Uhr, V3 Valdafur 15:00 Uhr

Etappe 5: V1 Riegelwald 10:30 Uhr, CP1 Joggl Kopf 12:00 Uhr, CP2 Mittereggspitze 14:00 Uhr, V2 Vivana Außerböden 15:00 Uhr

INFOS:

Die Strecken sind einheitlich mit Schildern, oranger Bodenmarkierung und rot-weißem Markierungsband markiert.

Zielschluss / Cut Off ist jeweils 16:00 Uhr. Wenn noch alle Teilnehmer vor Ort sind gibt es bei den Etappen 1-4 eine kleine Tagessiegehrung. In Graun/Reschensee gibt es dann die richtige Siegerehrung.

Stöcke sind erlaubt, müssen aber vom Start bis ins Ziel getragen werden.

Im Rahmen des Green Events müssen die mitgeführten Lebensmittel zum Lauf mit der Startnummer beschriftet werden. Abfall nur an den Verpflegungsstationen entsorgen. Bei Verstoß führt dies zur Disqualifikation.

Pflichtausrüstung: Jeder Teilnehmer muss Verpflegung (Essen + Trinken), Trillerpfeife, Handy mit Notfallnummer 140, 112 und SOS EU ALP APP (für Italien und Schweiz), Regenjacke, Rettungsdecke mitführen. Die Bergrettung ist bei jeder Etappe vor Ort.

PARKPLATZ INFO - ALLE KOSTENLOS:

Feichten: auf der Kaunertaler Landesstraße unmittelbar vor dem Startpunkt links (Feichten 134, 6524 Kaunertal)

Pfunds: direkt beim Start – Ensplatz (Stuben 51, 6542 Pfunds)

Vná: Shuttle nach Vná vom Parkplatz Biathlon Arena in Sclamischot (Sclamischot, 7558 Strada, Schweiz)

Shuttle Zeiten: 07:45 / 08:15 Uhr **hin** & 12:00 / 13:00 / 14:00 / 15:00 Uhr **retour**

Nauders: Schotterplatz neben SPAR-Supermarkt vor dem Spielplatz (Nauders 368)

Graun: Richtung Süden direkt nach dem kurzen Tunnel rechts im Feld beim öffentlichen Parkplatz noch weiter Richtung See (Via Claudia Augusta, 5, 39027 Graun i. V.)