



Praktiske informationer

7. Flensburg elsker dig maraton

Søndag den 7. september 2025

Med forbehold for ændringer uden varsel, status: 28.10.2024

Arrangør

SV Freie Waldorfschule Flensburg e. V.

Godkendelse

Dette arrangement er et motionsløb, der er godkendt af DLV (Deutscher Leichtathletik-Verband e.V.) og Slesvig-Holstens atletikforbund (Schleswig-Holsteinischer Leichtathletik-Verband e.V.) på officielt opmålte strækninger, der er egnede til ranglister. DLO og IWR gælder i den aktuelt gyldige version. Et klubmedlemskab er ikke påkrævet.

Løb / Starttider / Måltider / Distancer / Deltagergrænser

BabyOne Bambini Run:	08:20	0,195 km	150 løbere
Mr. Scandis Kidslauf:	08:30	1,070 km	250 løbere
VR Bank Maraton:	09:00 / 15:30	42,195 km	500 løbere
Beckmann Køkken Stafetmaraton:	09:05 / 15:30	42,195 km	250 stafethold
AOK 5 km løb:	09:20 / 10:30	5,000 km	1000 løbere
Jacob Cement Halvmaraton:	10:45 / 13:45	21,098 km	1000 løbere
FRS Running Worldwide 10 km løb:	12:30 / 14:30	10,000 km	1000 løbere

Gebyrer for deltagelse

	Maraton	Halvmaraton	Stafethold
Tilmelding indtil 31.05.2025	45,00 €	30,00 €	85,00 €
Tilmelding fra 01.06. til tilmeldingsfristen	50,00 €	35,00 €	95,00 €
Eftertilmeldinger (kun muligt lørdag på stedet)	60,00 €	45,00 €	110,00 €
Omregistrering (mod gebyr. Kun lørdag på stedet)	5,00 €	5,00 €	10,00 €

	10km	5km	Børn	Bambini
Tilmelding frem til tilmeldingsfristen	15,00 €	10,00 €	8,00 €	5,00 €
Eftertilmeldinger (kun muligt om lørdagen på stedet)	15,00 €	10,00 €	10,00 €	7,00 €

Betingelser for deltagelse

Bemærk også betingelserne for deltagelse og ansvarsfraskrivelsen til sidst i de praktiske informationer. Deltagerne er selv ansvarlige for deres helbredsmæssige forudsætninger for at deltage i løbet, om nødvendigt efter at have konsulteret en læge. Værgerne er ansvarlige for mindreåriges deltagelse.

Aldersbegrænsninger

VR Bank Maraton:

Alle løbere, der er fyldt 18 år i løbet af kalenderåret, kan deltage.

Jacob Cement Halvmaraton:

Alle løbere, der er fyldt 16 år i løbet af kalenderåret, kan deltage.

Beckmann Køkkenstafet Maraton:

Uden aldersbegrænsning.

FRS 10 km løb:

Alle løbere, der er mindst 14 år gamle i kalenderåret, kan deltage.

AOK 5 km løb:

Alle løbere, der er mindst 10 år gamle i kalenderåret, kan deltage.

BabyOne Bambinilauf:

Løbet henvender sig til børn op til 5 år. Børn kan ledsages af en ældre tillidsperson uden registrering og er gratis.

Mr Scandis Kidslauf:

Løbet henvender sig til børn i alderen 6 til 11 år.

Start og mål / tildeling af startblok

Børneløbene starter ved Holmnixe på gågaden ved Nikolaistrasse. Alle andre løb starter ved Südermarkt. Opstil venligst efter de slutlister, der er angivet i tilmeldingen, Stadtwerke Flensburgs fartholdere fungerer som orientering. Målstregen for alle løb er på Südermarkt.

Ruter / ruteprofil

Alle strækninger, med undtagelse af børneløbene, er officielt opmålte og løbes på en overvejende flad og asfalteret 10,55 km rundstrækning langs havnen i Flensburg, som skal løbes fire gange (maraton og stafet) eller to gange (halvmaraton) eller en gang forkortet til 10 km eller 5 km.

Fartholdere (Pacer)

Denne service tilbydes for maratonmåltider fra 3:00 til 5:00 timer hvert 15 min. På halvmaraton er fartholderne også i aktion hver 15 min. fra 1:30 til 2:30 timer.

Catering / forfriskninger

Fuld forplejning og selvforplejning:	Ca. hver 3,5 km (Hafenspitze, Sonwik)
Forfriskningssteder:	Der tilbydes vand ca. hver 1,5 km
Forplening i målområdet:	På Südermarkt
Fuld forplejning i detaljer:	1. selvforplejning, 2. vand, 3. frugt (økologiske æbler, bananer), 4. dm Iso-Drink, 5. Aerobee Honey Gel og Honey Energy Bar, - saltkringle, 6. Cola (fra tredje runde)

Zippel's Nord.Cup

10 km-løbet er en del af pointserien.

5 km-løbet tæller med i ZIPPEL'S Schüler Nord.Cup serien.

Alle oplysninger: <https://zippels.de/events/nord-cup/>



SHLV Elev Cup

Skoleelever kan vinde pengepræmier til deres skole ved at deltage i et af de udbudte løb (med undtagelse af Bambini-løbet). Der er 2 kategorier: Det højeste absolutte antal deltagere og den højeste procentdel af deltagere i forhold til det samlede antal elever på skolen. Der gives point både til Elev Cup og i den samlede rangliste for løbet. Ud over at tilhøre en skole kan man også angive medlemskab af en klub (til ranglisterne) eller et hold- eller firmanavn.

Annoncering: [https://www.flensburg-](https://www.flensburg-marathon.de/fileadmin/Content/Flensburg_Marathon/Ausschreibung/2025/SHLV-Schueler-Cup_2025.pdf)

[marathon.de/fileadmin/Content/Flensburg_Marathon/Ausschreibung/2025/SHLV-Schueler-Cup_2025.pdf](https://www.flensburg-marathon.de/fileadmin/Content/Flensburg_Marathon/Ausschreibung/2025/SHLV-Schueler-Cup_2025.pdf)

Pris- og præmieoverrækkelse

Alle prisoverrækkelser finder sted i Flensburg Galerie. De finder sted, så snart alle, der skal hædres, har krydset målstregen.

Bruttotiderne er afgørende for, hvem der vinder. De forventede tider:

Kl. 10: 5 km, fra kl. 13: maraton, stafetmaraton, halvmaraton med delstats mesterskaber, 10 km

VR Bank Maraton / Jacob Cement Halvmaraton / FRS 10 km løb / AOK 5 km løb:

Kun plads 1-3 m/k, AK-klassifikation (AK = aldersklasse) på alle diplomer og i protokollen.

Klasseinddeling i 5-års klasser efter DLO fra hovedklassen og frem, for halvmaraton også m/k U18, for 10 km løb også m/k U16.

Delstatsmesterskab i halvmaraton:

Plads 1-3 m/k, AK-klassifikation i aldersgrupper på 5 i henhold til DLO fra hovedklasse og hold.

Beckmann Küchen stafetmaraton:

Placering 1-3 samlet. Der vil kun være en holdklassifikation uden yderligere differentiering.

BabyOne Bambini Run:

Startnummer og medalje til alle, uden præmieoverrækkelse, rangering og certifikater.

Mr Scandi's børneløb:

Startnummer og medalje til alle, uden præmieoverrækkelse. Klassificering i aldersgrupper på 2 på certifikaterne.

Medaljer / diplomer

Alle succesfulde løbere vil modtage en medalje ved målstregen.

Det officielle diplom kan downloades og udskrives efter arrangementet via vores hjemmeside eller på www.davengo.com.

Gravering af medalje

Et løb er slut, din tid står tilbage. I Flensburg Galerie kan medaljen straks gøres personlig med din tid og dit navn ved hjælp af lasergravering. Den koster 6,00 € og skal bestilles ved tilmelding.

Toiletter

Mobile toiletter og/eller offentlige toiletter er tilgængelige ved alle forfriskningssteder og især i Nikolaistraße ved gågaden. Toiletterne i Flensburg Galerie er forbeholdt løbsorganisationen.

Ambulancetjeneste

Langs ruten vil Flensburg Røde Kors sørge for professionel pleje ved hvert forfriskningssted under lægeligt tilsyn af vores akutlæge.

Massage

I målområdet (Flensburg Galerie) vil der blive tilbudt massage, primært til maratonløberne. En donation på stedet til eleverne fra Ludwig Fresenius-skolen i Handewitt er velkommen.

Tøjpose / Omklædningsrum / Brusebad

Deltagerne kan få et stykke bagage opbevaret i Flensburg Galerie. Der er en afrivningsstrimmel på startnummeret, som kan klistres eller hæftes på tasken. Bagagen udleveres ved fremvisning af startnummeret. Der er også primitive omklædningsfaciliteter i Flensburg Galerie.

Der er mulighed for at bade i sportshallerne på Auguste-Viktoria-Schule, Südergraben 34, kun 500 meter fra måleområdet.

Maratonløberne har eksklusiv adgang til saunaen og brusebadene i Sports Club (Flensburg Galerie)!

Tidtagning / startnummer / stafet

Tidtagningen foregår udelukkende via davengo GmbH's målesystem ved hjælp af transpondere på skoen eller i staven. Gebyret for tidtagning er inkluderet i startgebyret. I alle konkurrencer, undtagen børneløbet, registreres både brutto- og nettotider.

Splittider for maraton er angivet for $\frac{1}{4}$, $\frac{1}{2}$ og $\frac{3}{4}$.

Stafetholdene får mellemtider for hvert skiftepunkt på Hafenspitze.

Kun deltagere med startnumre fra Flensburg elsker dig maraton får lov til at starte. Disse har forskellig farve alt efter den valgte distance og skal være tydeligt synlige på forsiden af kroppen. De må ikke ændres. Alle, der ikke bærer startnummer, bliver ikke talt med.

Startnumrene bliver tilpasset automatisk for alle tilmeldinger, der er modtaget inden tilmeldingsfristen. Herefter kan det kun gøres manuelt.

Tilmeldinger/ændringer/bekræftelser/deltagerliste

Du kan kun registrere dig online på www.flensburg-marathon.de eller www.davengo.com. For at kunne tilmelde sig skal der oprettes en brugerkonto, hvorigennem data registreres og administreres. Ved at tilmelde dig bekræfter du, at du opfylder de sundhedsmæssige krav for at deltage i arrangementet.

For stafetholdene skal dette gøres af en "holdleder", som ikke selv behøver at løbe i løbet. Han eller hun køber stafetten og registrerer, administrerer og er ansvarlig for deltagerens data.

Omregistreringer: En gratis omregistrering er mulig frem til tilmeldingsfristen på kontakt@flensburg-marathon.de. Forskellen i tilmeldingsgebyret skal betales ved en opgradering. Efter denne dato kan ændringer kun foretages lørdag før arrangementet ved nummerudleveringen på mod et ekspeditionsgebyr på € 5,00 der skal betales kontant.

Betalingsmuligheder: Direkte debitering, kreditkort og bankoverførsel er tilgængelige for online-registrering. Den lovpligtige afbestillingsfrist på to uger gælder.

Bekræftelser: Efter vellykket tilmelding sender davengo en ordrebekræftelse til den angivne e-mailadresse. Når betalingen er modtaget, sendes en tilmeldingsbekræftelse pr. e-mail, som også er en bindende bekræftelse på deltagelse i løbet. Tilmeldingsbekræftelsen sendes igen i ugen før løbet som bevis til afhentning af startdokumenterne - suppleret med det tildelte startnummer og aktuelle, vigtige oplysninger om arrangementet.

Liste over deltagere: Den findes nederst til højre på davengo-tilmeldingssiden.

Tilmeldingsfrist / eftertilmeldinger

Tilmeldingen lukker, så snart deltagergrænsen pr. løb er nået, dog senest ved tilmeldingsfristen - søndag midnat en uge før løbet. Hvis det maksimale antal startpladser endnu ikke er nået på dette tidspunkt, er det muligt at eftertilmelde sig. Dette er dog kun muligt lørdagen før arrangementet, hvor startnumrene udleveres mod kontant betaling. I begrundede undtagelsestilfælde og efter forudgående kontakt kan der gives tilladelse til eftertilmelding om søndagen.

Afhentning af startdokumenter

Startdokumenterne udleveres på baggrund af startnummeret. Dette vil blive sendt via e-mail efter tilmeldingsfristen i en opdateret tilmeldingsbekræftelse. Du kan blive bedt om at vise denne tilmeldingsbekræftelse eller dit identitetskort eller pas til identifikationsformål.

Udlevering finder sted lørdag mellem kl. 10.00 og 16.00 og søndag mellem kl. 7.30 og 12.30 i Flensburg Galerie, 2. sal (ved siden af biblioteket), Holm 57-61, 24937 Flensburg.

Startdokumenterne for maratonstafetholdene skal afhentes personligt af stafetholdets leder. Hvis du ikke er i stand til det, gælder ovennævnte godkendelsesprocedure.

Carbo-fest

Det foregår i restaurant Alex Kitchen – Südermarkt 13-14, 24937 Flensburg, lørdag fra 12-18. Der er forskellige pastaretter og menuer til en specialpris.

Maraton "sportsmesse" EXPO

Startnumrene bliver udleveret i Flensburg Galerie. Samme sted er der også en række salgs- og informationsstande fra udvalgte partnere.

Eventtrøjer (kort- og langærmet)

Den officielle eventtrøje kan bestilles for €19,00 ved tilmelding. Der er dame- og herremodeller i størrelse XS og derover samt en langærmet version til €25,00. De vil blive udleveret sammen med startnumrene i Flensburg Galerie. (Bestillinger, der modtages efter august, kan sendes med posten).

Trafikinformationer/Rejser/parkering/overnatningsmuligheder

Alle vigtige steder ved arrangementet kan nås med offentlig transport.

Vi beder om en klimavenlig rejse.

Detaljerede oplysninger findes på vores **onlinekort**.

Spærring af veje og informationer om offentlig transport vil også blive annonceret der.

Offentlig transport- Gratis tilbud

Start- og målområdet ligger i byens centrum på Südermarkt, kun 500 meter fra ZOB (rutebilstationen) eller 1100 meter fra banegården. I løbet af maratonweekenden kan deltagere og frivillige rejse gratis med bybusserne. Tilmeldings- og hjælperbekræftelser samt startnumre gælder som billetter.

PERSONBIL

Der er store parkeringspladser på campus og ved Exe.

Overnatninger

For information og reservation af overnatninger kan du bruge internetportalen hos vores samarbejdspartnere Hotel Alte Post (<https://altepost-flensburg.de/>), Hotel Hafen (<https://www.hotel-hafen-flensburg.de/>), Das James (<https://www.dasjames.com/>), Tourismusagentur Flensburg (<https://www.flensburger-foerde.de/>) og Flensbed Hostel & Boardinghaus (<https://flensbed.de/>).

Du kan også finde oplysninger om dette på vores **onlinekort**.

Yderligere informationer

Vær opmærksom på alle aktuelle oplysninger på vores hjemmeside på www.flensburg-marathon.de.

Tips og tricks: Lær Flensburg at kende og elske

Se: www.flensburger-foerde.de

Betingelser for deltagelse

Det er ikke tilladt at deltage i arrangementet med elektronisk afspilningsudstyr (hovedtelefoner, MP3-afspillere osv.) samt vandrestave, babyjoggere, klapvogne og dyr af sikkerhedsmæssige årsager.

Børn og unge skal have deres værger til at anerkende disse betingelser for at kunne deltage. Betalte atleter er ikke tilladt.

Fortrydelsesret

Gratis afbestilling er mulig op til to uger efter tilmelding (i følge §355 om afbestilling/ fortrydelse i den tyske bürgerliches Gesetzbuch, BGB). Afbestillingen skal modtages skriftligt af arrangøren. Tilmeldingsgebyret refunderes ikke i tilfælde af senere afbestilling.

I tilfælde af ekstreme vejrforhold og andre uforudsigelige begivenheder forbeholder arrangøren sig ret til at ændre ruten eller aflyse arrangementet. I tilfælde af manglende deltagelse (§ 312g stk. 2 nr. 9 BGB) samt aflysning eller afbrydelse på grund af force majeure kan der ikke kræves tilbagebetaling af deltagergebyret.

Det er muligt at tegne en startafbestillingsforsikring.

Ansvarsfraskrivelse

Ved tilmelding accepterer deltageren deltagerbetingelserne og arrangørens udelukkelse fra ansvar for skader af enhver art. Der kan ikke rejses krav mod arrangøren eller løbets sponsorer og deres repræsentanter for tab, skader eller tilskadekomst af nogen art, der måtte opstå som følge af deltagelsen. Hver deltager bekræfter, at han/hun har trænet tilstrækkeligt til at deltage i denne konkurrence og er i god fysisk form.

Det medicinske personale har tilladelse til at fjerne personer fra løbet, hvis der er tegn på truende helbredsforringelse.

Indsamling og brug af data

Alle deltagere accepterer, at de data, der er angivet i deres registrering, kan bruges og videregives med henblik på arrangementet. Dette omfatter også udsendelse af informationsmails fra arrangøren til deltagerens e-mailadresser, som kan indeholde reklamer fra sponsorerne. Deltagerne garanterer, at de afgivne oplysninger er korrekte. Ved at tilmelde sig erklærer man sig indforstået med elektronisk lagring af ens data og offentliggørelse af deltagerlisten samt konkurrenceresultater og billeder taget under arrangementet.

De personlige data, som deltageren oplyser ved tilmeldingen, gemmes af tidtagningspartneren Davengo GmbH, Kitzingstraße 15-19, 12277 Berlin, og behandles af arrangøren med henblik på afvikling og administration af arrangementet (tidtagning, offentliggørelse af resultater, lægetjeneste, fotoudbyder og medaljeindgraving). Dette gælder især for de data, der kræves til betalingsbehandling og lægehjælp. Derudover gemmes, behandles og offentliggøres personlige løberesultater med henblik på at oprette en resultatdatabase, herunder en historisk database, som også kan bruges til at udskrive løberesultaterne på personlige certifikater.

Databehandling og -lagring

Alle indsamlede data behandles og opbevares i overensstemmelse med GDPR.