Herzlich willkommen zum Bornholm Rundt Marchen 2024

46. Bornholm Rundt March

Herzlich willkommen
zum 46. "Bornholm Rundt Marchen", der vom 05. Juli bis 07. Juli 2023 stattfindet.Der Marsch gilt als einer der spannendsten und körperlich anstrengendsten in Europa. Der größte Teil der Route folgt der wunderschönen Küste Bornholms. Während du Bornholm umwanderst, triffst du auf die malerischen Küstenorte der Insel und ihre Bewohner . Du kannst dich auf einen gut organisierten und abwechslungsreichen Marsch freuen.

Marschroute
Die Gesamtstrecke des Marsches von 125 km macht den "Bornholm Rundt March" zum längsten 3-Tages-Marsch Dänemarks. Die 125 km verteilen sich wie folgt:

1. Tag 30 km : Start 11.00 Uhr von Viking Atletik, Rønne
Ziel: Kongeskærskolen, Allinge, spätestens 19:00 Uhr
2. Tag 45 km : Start 05.30 - 06.30 Uhr von Nordlandshallen, Allinge.
Ziel : Paradisbakkeskolen, Nexø, spätestens 18:00 Uhr
3. Tag 50 km : Start 05.00 - 06.00 Uhr von Paradisbakkeskolen, Nexø.
Ziel : Viking Atletik, Rønne, spätestens 18:00 Uhr.

Zusammen mit der Startkarte bekommst du eine Streckenkarte. Die Karte enthält auch praktische Informationen über den Marsch. Die Route ist mit Pfeilen markiert, die sehr gut zu erkennen sind

Startort, Zielort und Startkarte
Der "Bornholm Rundt March" beginnt und endet bei Viking Atletik, Torneværksvej 20, Rønne. Deine Startkarte erhältst du in der Zeit von 08.00 Uhr bis 10.45 Uhr am Freitag vor Marschbeginn. Den Transport zum Start und vom Ziel musst du selbst organisieren. Dieser ist nicht im Preis inbegriffen. (Startort = Zielort)

Übernachtung / Unterkunft
Als Teilnehmer wird dir ein Übernachtungsplatz in Schulen und Sporthallen in der Nähe des Tagesziels zur Verfügung gestellt. Du musst selbst Schlafsack und Isomatte mitbringen. Teilnehmer, die sich als Team anmelden, werden auch zusammen einquartiert. Wenn du dich nachträglich alleine anmeldest, aber zusammen mit einem Team übernachten möchtest, musst du lediglich den Namen des Teams bei der Anmeldung mit angeben. Leider können wir dir keine Übernachtungsmöglichkeit vor und nach dem Marsch anbieten.

Gepäcktransport
Freiwillige Helfer kümmern sich alle drei Tage um den Transport deines Gepäcks vom Start zum Ziel. Wir bitten darum, dass du so sparsam wie möglich packst. bitte daran, alle Gepäckstücke mit deinen Kontaktdaten zu kennzeichnen
Denk bitte daran, alle Gepäckstücke mit deinen Kontaktdaten zu kennzeichnen.

Rastplätze / Verpflegungsstationen (Im Preis inbegriffen)
Auf der Strecke, wirst du am Freitag auf zwei und am Samstag und Sonntag auf drei Rastplätze treffen. Hier erhältst du Kaffee, Tee, Saft, Schwarzbrot, belegte Brötchen (die dänischen "Boller"), Gemüse und Obst (sowie Frühstücksbrötchen)
am ersten Rastplatz am Samstag und Sonntag.) Darüber hinaus wird am Rastspatz in Hullehavn (Samstag) auch Nudelsalat angeboten, und am "14-kilometerstenen" auf dem Weg nach Rønne (Sonntag), eine Tasse kräftige Suppe.

Posten
Jeden Tag gibt es zuzüglich zu den Rastplätzen drei Posten, wo du Kaltgetränke (wie z.B. Bier, Wasser und Sprudel), Chips und Süßigkeiten kaufen kannst. Darüber hinaus werden am Sonntag bei Raghammer Kaltgetränke ausgeschenkt.

Essensmarken
In Verbindung mit deiner Anmeldung, kannst du Essensmarken für Frühstück und Abendessen in der "Nordlandshallen" in Allinge bzw. "Nexø Hallen" kaufen. Du kannst die Essensmarken aber auch am Freitag vor Start im Sekretariat kaufen.
Preis hierfür: Frühstück DKK 85, Abendessen DKK 120.
Wenn du eine vegetarische oder spezielle Ernährung wünscht, musst du dieses bei deiner Anmeldung angeben oder eine E-mail an info@bornholmrundtmarchen.dk diesbezüglich senden.

Begleitfahrzeuge
Wenn du von deinem eigenen Begleitfahrzeug verpflegt wirst, muss dieses einen Mindestabstand von 300 Metern zu den Rastplätzen und Posten des Marches einhalten.

Gesundheit, Sanitäter, Medikamente usw.
"Bornholm Rundt Marchen" ist ein sehr hügeliger Marsch, besonders die ersten beiden Tage. Deine Teilnahme geschieht auf eigene Gefahr und wir erwarten, dass du bei guter Gesundheit und in guter körperlichen Verfassung bist. Wir übernehmen keine Verantwortung für Verletzungen und Krankheiten infolge deiner Teilnahme. Nichts desto trotz findest du auf allen Rastplätzen und am Start und Ziel an allen drei Tagen nette und kompetente Sanitäter, die dir bei kleineren Verletzungen helfen.
Stützverbände und Heilmittel zur üblichen Fußpflege und Behandlung von Blasen, musst du selbst mitbringen. Denk bitte auch an deine Gesundheitskarte!
Wir bitten dich darum, dass du während des Marsches einen Zettel bei dir trägst, aus dem Name, Adresse und Telefonnummer einer Kontaktperson hervorgeht. Im Falle eines Unfalls benachrichtigen wir diese Person.
Wenn du lebensnotwendige Medikamente einnimmst, muss dieses auch auf dem Zettel notiert werden (Name des Medikamentes und deine Dosis) und die Sanitäter müssen hierüber vor Beginn des Marsches informiert werden.

Anmeldung
Du kannst dich bis spätestens 1. Juni 2023 auf unserer Website anmelden:
www.bornholmrundtmarchen.dk
Deine Anmeldung ist erst gültig, wenn deine Zahlung auf unserem Konto eingegangen ist.
Die Teilnahme kostet für Erwachsene DKK 575 und für Kinder bis einschließlich 15 Jahre DKK 375.

Solltest du an der Teilnahme verhindert werden, bekommst du dein Startgeld nicht zurückerstattet. Du kannst jedoch deine Anmeldung auf eine andere Person übertragen, indem du dein Anliegen an
info@bornholmrundtmarchen.dk schreibst.

Medaille und Urkunde

Wenn du den ganzen Marsch durchgeführt hast, bekommst du eine Urkunde und eine Medaille mit dem diesjährigen einzigartigen Motiv,
Du musst deine Urkunde und Medalje bis spätestens 18:20 Uhr abholen.

Medaljenmotiv 2024

Ny Kirke

"Bornholm Rundt Marchen"
wird vom Verein "Gangforeningen Rotna" ausgerichtet.

Kassierer und verantwortlich für Anmeldungen
Helle Rømer Olsen
Peter Ipsens Vej 52
3700 Rønne
Telefon 25 76 70 30
Email info@bornholmrundtmarchen.dk

Die Broschüre wird gesponsert von :

JF Kontor & Data Service

D.A.F.