



## MARATHON

**36. RHEIN-RUHR-  
MARATHON DUISBURG**

## HANDBIKE

**11. RHEIN-RUHR-  
HANDBIKE MARATHON**

## INLINE

**20. RHEIN-RUHR-INLINE-  
MARATHON**

## HALBMARATHON STAFFELMARATHON

**18. RHEIN-RUHR-HALBMARATHON**

**11. RHEIN-RUHR-STAFFELMARATHON**

**SPORTPARK DUISBURG 2. JUNI 2019**

**RHEIN-RUHR-MARATHON.DE**

# PROGRAMM

## FREITAG, 31. MAI 2019

10:00-14:00 Uhr 4 Kids: AOK-Rhein-Ruhr-Schülermarathon

## SAMSTAG, 01. JUNI 2019

11:00 Uhr Frühstückslauf (ca. 5 km)

10:00-19:00 Uhr Marathonmesse, Startkartenausgabe und Nachmeldungen

15:00-19:00 Uhr Pasta-Party



Die **Startkartenausgabe** befindet sich im Businessbereich der Schauinsland-Reisen-Arena!

Margaretenstraße 5-8  
47055 Duisburg (Sportpark Duisburg)

## SONNTAG, 02. JUNI 2019

ab 06:00 Uhr Startkartenausgabe und Nachmeldungen

08.00 Uhr Start 11. Rhein-Ruhr-Handbike-Marathon

08:05 Uhr Start 20. Rhein-Ruhr-Inline-Marathon  
*Zielschluss: 10:35 Uhr*

08:28 Uhr Start Ekiden-Staffel-Lauf  
*Zielschluss: 14:00 Uhr*

08:30 Uhr Start 36. Rhein-Ruhr-Marathon  
*Zielschluss: 14:00 Uhr*

08:50 Uhr Start 11. Rhein-Ruhr-Staffel-Marathon  
*Zielschluss: 14:00 Uhr*

10:00 Uhr Start 18. Rhein-Ruhr-Halbmarathon  
*Zielschluss: 12:45 Uhr*

09:00-16:00 Uhr Marathonmesse, Medaillengravur, Spielfest etc. auf der Aktionswiese an der Bertaallee

ab 12:00 Uhr Regenerationsschwimmen im Schwimmstadion





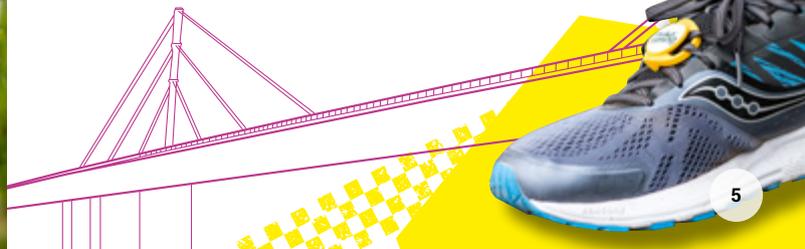
## MEHR FÜRS STARTGELD

### DER MARATHON DER KURZEN WEGE

Hervorragende Logistik mit direkter Anbindung der Park-, Umkleide- und Duschkmöglichkeiten.

Außerdem im Startpreis inbegriffen:

- **Finishermedaille**
- Original **Odlo Finisher-Funktionsshirt**
- Online **Ergebnisdienst** mit Urkunden, Ergebnislisten, Internetlink mit persönlichem Zieleinlauf
- **Medaillengravur**
- 18 **Versorgungsstände** beim Marathon/ 10 Versorgungsstände beim Halbmarathon
- 18 **Samba-Bands** entlang der Strecke
- Digitales **Starterkit** mit Starterinformation, Programmheft und Streckenkarte
- **Regenerationsschwimmen**
- An- und Abreise mit **öffentlichen Verkehrsmitteln** im Bereich des Verkehrsverbundes Rhein-Ruhr (VRR)
- **Massageservice** (gilt nicht für Staffeln)
- **Starterbeutel** mit hochwertigen Produkten unserer Partner inkl. Schwamm
- **Kinderbetreuung**
- und natürlich das frisch gezapfte **König-Pilsener** und **Benediktiner Alkoholfrei** im Ziel



## ➔ Sonderwertung

Auch in 2019 finden wieder zahlreiche **Sonderwertungen** statt, u.a. Westdeutsche Halbmarathonmeisterschaft (Kandidat), Deutsche Kirchenmeisterschaft und Deutsche Finanzamtsmeisterschaft.

Erneut findet auch der große **Duisburger Supercup** statt. Nach erfolgreichem Abschluss der großen ASV Duisburg-Winterlaufserie (10km-15km-HM) ergänzt der Rhein-Ruhr-Marathon die Serie als 4. Lauf.

**NEU! Kleiner Duisburger Supercup:** Hier ergänzt der Rhein-Ruhr-Halbmarathon die kleine ASV Duisburg-Winterlaufserie (5km-7,5km-10km). Für beide Wertungen ist eine separate Anmeldung beim Rhein-Ruhr-Marathon nötig. Die Wertungen erfolgen automatisch.

## ➔ Marathon Vorbereitung

Allen Läufer\*innen, die die Herausforderung des Marathonlaufes auf sich nehmen wollen, bieten wir mit dem LC Duisburg e.V. einen Kurs zur optimalen Vorbereitung an. **Kursbeginn: 05. Januar 2019.**

Anfragen über:



**SportBildungswerk**  
StadtSportbund Duisburg e.V.  
Tel.: 0203-30008-80/ -81

oder über **LC Duisburg**  
[info@laufclub-duisburg.de](mailto:info@laufclub-duisburg.de)  
[www.lc-duisburg.de](http://www.lc-duisburg.de)

## ➔ Kostenloser Bus-Shuttle

Die DVG bietet allen Fans und den Staffeln einen **kostenlosen Bus-Shuttle** an die Strecke, zu den Wechsellpunkten und zurück zum Ziel.

## ➔ „Marathon und mehr“-Paket

Mehr von Duisburg sehen mit den neuen **Tourismus-Arrangements:** Schimanski-Tour, Fackelführung im alten Stahlwerk des Landschaftsparks, Hafenumrundfahrt. Info und Buchung unter Tel. 0203-285440 oder [service@duisburgkontor.de](mailto:service@duisburgkontor.de)

## ➔ Die Sport-Jugendherberge direkt an Start und Ziel

100 m entfernt von der Startlinie:



Kruppstr. 9 · 47055 Duisburg  
Tel: 0203 3639960  
[duisburg-sportpark@jugendherberge.de](mailto:duisburg-sportpark@jugendherberge.de)



*„Bei Kilometer 35  
kau der Mann mit dem Hammer.  
Aber die Zuschauer  
haben mich super gepusht.“*

**Annika Vössing**

Gewinnerin des 35. Rhein-Ruhr-Marathons



*"Grandios war der Einlauf  
ins Stadion. Das hat noch  
mal Kräfte freigemacht."*

**David Schönherr**

Zweitplatziertes des Rhein-Ruhr-Marathons



### ➔ Hinweise für die Staffeln

Der Streckenlauf des **11. Rhein-Ruhr-Staffelmarathons** entspricht der Originalstrecke des Rhein-Ruhr-Marathons. Die Strecke wird in unterschiedlich lange Streckenabschnitte aufgeteilt:

1. Läufer\*in ca. **7,0 Km**
2. Läufer\*in ca. **10,0 Km**
3. Läufer\*in ca. **14,0 Km**
4. Läufer\*in ca. **11,0 Km**

Es werden eine Männer-, Frauen- und Mixed Staffel Wertung durchgeführt. Als Mixed Staffel gelten solche, die wenigstens eine Läuferin ausweisen.

### ➔ Hinweise für die Inliner

Der Einlauf findet ebenfalls in der **Schauinslandreisen Arena** statt. Für den Inline- Marathon gelten die Bestimmungen nach DRIVE. Entsprechende Schutzausrüstung ist verpflichtend.

Wie im Vorjahr wird auch in 2019 die **Landesmeisterschaft** und der **WSC-Cup** ausgerichtet, mit der Wertung auf dem separaten Ziel vor der Schauinslandreisen-Arena.

### ➔ Organisationsbeitrag für alle Teilnehmer\*innen

Meldedatum	Marathon/ Inliner	Halb- marathon	Staffel
bis <b>31.10.2018</b>	€40	€30	€100
bis <b>31.12.2018</b>	€50	€35	€120
bis <b>14.04.2019</b>	€58	€39	€140
bis <b>26.05.2019</b>	€63	€44	€160
bis <b>02.06.2019</b>	€70	€50	€180



## Legende

-  Marathon-Strecke
-  Abzweigung Halbmarathon
-  Abzweigung Inline-Strecke
-  Versorgungsstand
-  Samba-Musik

-  **DU Kaßlerfeld**  
Verteiler Ruhrorterstraße / Ruhrdeich
-  **DU Homberg**  
Wilhelmallee unter der A40
-  **DU Wanheimerort**  
Düsseldorf Straße Kulturstraße

### Ankunft der Spitzenläufer

KM 10		
	9:04:10	Marathoni
	8:14:10	Skater, Handbiker
	9:24:10	Staffelläufer



# RHEIN-RUHR-MARATHON

## SPORTPARK DUISBURG

### 2. JUNI 2019



RHEIN-RUHR-MARATHON.DE

