

STARTERINFO

41. RHEIN-RUHR-MARATHON DUISBURG

23. RHEIN-RUHR-HALBMARATHON

2. RHEIN-RUHR-STAFFEL-HALBMARATHON

25. RHEIN-RUHR-INLINE-MARATHON

16. HANDBIKE-MARATHON



SPORTPARK DUISBURG 5. MAI 2024

RHEIN-RUHR-MARATHON.DE



Lage der Wettkampfstätte / Map of the competition site / Plan des lieux de compétition

- | | |
|--|--|
| <p>1 Schauinsland-Reisen Arena Westtribüne
 <i>Eingang Margaretenstrabe</i>
 Marathonmesse
 Startkartenausgabe
 Pasta-Party
 Laufsport-Symposium</p> <p>2 Schwimmstadion
 <i>Eingang Seite Margaretensee</i>
 Herren Umkleide Stnr.: 1 - 1000</p> <p>3 Schwimmstadion
 <i>Eingang Margaretenstrabe</i>
 Frauen Umkleide Stnr.: F1 - F300
 Frauen Umkleide Stnr.: F1001 - F1900</p> <p>4 Eissporthalle (WC)
 Inline Herren + Frauen + Handbiker
 Umkleide Stnr.: 10000 - 11250
 Kleiderbeutel Inliner + Handbiker</p> | <p>5 Bezirkssportanlage 3 (WC)
 <i>Eingang Margaretenstrabe</i>
 Herren Umkleide Stnr.: 1001 - 2000</p> <p>6 Bundesleistungszentrum Kanu
 <i>Kruppstrabe 30 a</i>
 Herren Umkleide Stnr.: 2001 - 3000</p> <p>7 Vereinsanlage Taxi
 <i>Eingang Wacholderstrabe</i>
 Staffel Umkleide Stnr.: S1 - S200</p> <p>8 Zentrale Aktionswiese (WC)
 Zentraler Info-Stand, Meeting-Point Kinderbetreuung, Ergebnisdienst, Medaillengravur, Marathonmesse (nur am Sonntag), Kleiderbeutel, Halbmarathon, Marathon bei Containern Kons & Pusnik
 Ehrungszelt: Ausgabe Preise + Pokale der Altersklassenwertung</p> <p>9 Abfahrt Bus-Shuttle Staffeln und Zuschauer</p> |
|--|--|

41. RHEIN-RUHR-MARATHON**5. MAI 2024****STARTERINFORMATIONEN**

Liebe Teilnehmerin, lieber Teilnehmer, wir freuen uns, dass du dich für den 41. Rhein-Ruhr-Marathon angemeldet hast und in Duisburg an den Start gehst. Im Folgenden findest du die wichtigsten Hinweise für den Ablauf des 41. Rhein-Ruhr-Marathons. Aus Gründen der sprachlichen Vereinfachung wird nur die männliche Form verwendet. Es sind jedoch stets Personen männlichen, weiblichen und diversen Geschlechts gleichermaßen angesprochen. Spezielle Informationen für die Inlineskater und Halbmarathonisten sind mit (SK) bzw. (HM) gekennzeichnet.

Rahmenprogramm 04.– 05.05.2024**Marathonmesse****Samstag 04.05.2024 10:00 – 19:00 Uhr***SCHAUINSLAND-REISEN Arena,
Margaretenstraße 5 – 7, 47055 Duisburg***Sonntag 05.05.2024 09:00 – 16:00 Uhr**

Aktionswiese Bertaallee, 47055 Duisburg

Weitere Aktionen**Samstag 04.05.2024 10:00 Uhr**Frühstückslauf *ca. 5 km, Start
Haupteingang SCHAUINSLAND-REISEN Arena***Samstag 04.05.2024 ab 13:00 Uhr**Laufsymposium mit verschiedenen Vorträgen;
*SCHAUINSLAND-REISEN Arena***Samstag 04.05.2024 15:00 – 19:00 Uhr**Pasta Party „Feinkost Kersten“;
Business Lounge der Fa. Pape;
*2. Etage, SCHAUINSLAND-REISEN Arena*Die Preise pro Tellergericht variieren von
5,90 € bis 9,90 € inkl. Soft-Getränk**Startunterlagen**

- Ausgabe in der SCHAUINSLAND-REISEN Arena während der Marathonmesse am Samstag, den 04.05.2024 (10 – 19 Uhr) und Sonntag, den 05.05.2024 (ab 6 Uhr bis Start)
- Zur guten medizinische Versorgung Kontaktdaten auf der Rückseite der Startnummer notieren
- Auf der Startnummer ist das vorbestellte Shirt mit der Größe notiert
- Zur persönlichen Unterstützung haben Voranmelder den Namen auf der Startnummer
- Nachmelder bitte den Namen mit dickem Filzstift nachtragen

Vor dem Start

- Startnummer mit integriertem Zeitmesstransponder vorne am Shirt befestigen
- Schwamm mitführen
- Toiletten am Startbereich und auf der Kruppstraße

Umkleide

- Sortiert nach Startergruppen
- Inkl. Toiletten

Kleiderbeutelabgabe

- Auf der Aktionswiese an der Bertaallee Container von Fa. Kons & Pusnik
- SK deponieren ihre Sachen in der Eissporthalle
- Keine Taschen unbeaufsichtigt lassen

Starts auf der Kruppstraße

8:00 Uhr	Inline-Marathon
8:05 Uhr	Rollis/Handbiker
8:28 Uhr	Ekiden-Staffel
8:30 Uhr	Marathon
9:00 Uhr	Staffel-Halbmarathon
9:30 Uhr	Halbmarathon

Auf die Plätze, fertig, LOS!

- Für die optimale Laufstrecke der grünen Markierung folgen
- Jeder Kilometer ist ausgeschildert
- Alle 5 Kilometer sind Uhren angebracht
- Kontrollpunkte mit Kampfrichtern des Leichtathletikverbands Nordrhein Region Nord sind entlang der Strecke
- Brems- und Zugläufer Marathon:
3:00 Std/3:15 Std/3:30 Std/3:45 Std/4:00 Std/4:15 Std/4:30 Std /4:45 Std/5:00 Std/5:30 Std
- Brems- und Zugläufer Halbmarathon:
1:30 Std/1:45 Std /2:00 Std/ 2:15 Std/ 2:30 Std/ 2:45 Std

Auf der Strecke nicht gestattet ist

- Fahrradbegleitung – führt zur Disqualifikation
- Verlangsamten/stehen bleiben mittig auf der Straße
- Hand-in-Hand laufen, insbesondere im Zielbereich

Gehe rücksichtsvoll mit den anderen Läufern um, nur so wird es für alle ein großartiges und unvergessliches Event.

Versorgungsstationen mit Dixi-Toiletten und Toilettenwagen (VS 13 und VS 16)

VS	Kilometer	Versorgung	Betreuender Verein
1	KM 5	Wasser, WC	Lichtbund Niederrhein
1 HM	KM 6 (nur Halbmarathon)	W, WC	BSG Stadtwerke
2	KM 8	W, WC	THW / Eintracht Duisburg
3	KM 11,5	W, Iso, WC	1. Meidericher Kanu-Club
4	KM 13	W, WC	MSV Duisburg – Turnen
5	KM 16,8	W, WC	Ruhrorter TV
6	KM 19	W, WC	Homberger TV
7	KM 20,3	W, Iso, Ba, WC	Moerser TV
8	KM 24,5	W, Iso, Ba, Schwämme, WC	Freiwillige Feuerwehr Löschzug 610
9	KM 27	W, Iso, Cola, WC	TTS Duisburg
10	KM 28,5	W, Iso, Ba, Schwämme, WC	Jugendheimstätten Niederrhein
11	KM 30	W, Iso, Ba, Cola, WC	VSG Duisburg
12	KM 31,5	W, Iso, Ba, WC	DSV 1900
13	KM 33,2	W, Iso, Ba, WC	Viktoria Buchholz
14	KM 35	W, Cola, BaWC	SG Duisburg Süd
15	KM 36	W, Iso, Ba, Cola, WC	KG op de Hippe Höh
16	KM 38,5	W, Iso, Ba, Cola, WC	Ski-Club Duisburg
17	KM 40,5	W, Iso, Ba, Cola, Schwämme, WC	TV Wanheimerort
Ziel	KM 42,195	W, Iso, Ba, Pils, Sinalco Cola, Apfelschorle, WC	LC Duisburg

Starterinformationen – Marathon
Eigenverpflegung

- Abgabe bis zum 04.05.2024 19 Uhr an der Startkartenausgabe
- Kein Glas
- (SK) Nicht möglich für Inlineskater

Zeitlimit

Marathon – 5:30 Stunden

Halbmarathon – 2:45 Stunden

Inliner – 2:30 Stunden

Medizinische Versorgung

- Zur Versorgungsstation begeben
- Mobile Ersthelfer werden von dort ausgerufen
- Rückholbusse pendeln während des Marathons zum Sanitätsdienst in die SCHAUINS-LAND-REISEN Arena

Besondere Stellen auf der Strecke für Skater*innen

KM	2,3	Kreisverkehr	Neue Frucht Straße
KM	4,3	Scharfe Links-Rechts-Kurve	Pulverweg
KM	5,8	Gleisquerung schräg	Schifferstraße
KM	6,2-7,2	Gleise parallel zur Strecke	Ruhrorter Straße
KM	10	Gleise parallel zur Strecke	Emmericher Straße
KM	15,9	Kreisverkehr	Am Nordhafen
KM	16,9	Kreisverkehr	Am Nordhafen/Amtsgerichtsstraße
KM	17,5	Enge Rechts-Kurve	Amtsgerichtsstraße/Friedrichsplatz
KM	17,5	Gleise parallel zur Strecke	Friedrichsplatz
KM	17,6	Enge Links-Kurve	Friedrichsplatz/Homberger Straße
KM	18,5	Abfahrt	Friedrich-Ebert-Brücke
KM	19,3-19,8	Fußgängerzone (Belagwechsel)	AugustasträÙe
KM	20	Enge Rechts-Kurve	Arndtstraße/Mühlenstraße
KM	20-21	5 x Gleisquerung	Duisburger Straße
KM	21,1	Enge Rechts-Kurve	Uferstraße/Wilhelmallee
KM	21,2	Schmalere Fußweg	Wilhelmallee
KM	26,5-27,5	Abfahrt	Brücke der Solidarität
KM	27,9	Gleisquerung	Rheinhauser Straße/Wanheimer Str.
KM	30,5	Gleisquerung	NikolaistraÙe/Wacholderstraße
KM	34,4-35,4	5 x Bodenschwellen	Swakopmunderstr. - Lüderitzallee
KM	38	Enge Rechts-Kurve	Großenbaumer Allee/ Neidenburger Str.

KM	38,8	Enge Links-Kurve	Neidenburger Str./Kalkweg
KM	42	Enge Kurvenkombination, Bodenschwelle	Stadion

Herzlichen Glückwunsch zum erfolgreichen Lauf

- Medaille bei Zieleinlauf
- Wärmedecke
- Getränke und Obst
- Zügiges weitergehen nach dem Zieleinlauf
- Massage durch die Physiotherapeuten des Ambulanten Reha zentrums Duisburg (ARZD)
- Rosen für die Läuferinnen
- Adidas-Finisher-Shirt durch Vorlage der Startnummer
- Schönes Erinnerungsfoto an der Selfie Station
- Medaillengravur auf der Aktionswiese
- **(SK)** Zieleinlauf der Landesmeisterschaften der Skater auf der Margaretenstraße
- Ab 12 Uhr Regenerationsschwimmen im Schwimmstation (Startnummer notwendig für den Einlass; entsprechende Badekleidung erforderlich)

Ergebnisse

- Aushang ab 10 Uhr am Stadionzaun Bertaallee; hinter Ausgang Läuferbereich
- Download der Soforturkunden unter www.rhein-ruhr-marathon.de
- Zugangscode für Finisher-Clip wird übers Starter-Kit zugesandt; Download ca. 8 Wochen nach dem Lauf

Siegerehrung in der SCHAUINSLAND-REISEN Arena

- Kurzfristige Änderungen möglich-

- 09:45 Uhr** - Siegerehrung Inliner Plätze 1-3 Männer und Frauen
- Siegerehrung Landesmeisterschaften Inliner Plätze 1-3 Männer und Frauen

- Ca. 11:30 Uhr** - Siegerehrung Halbmarathon Plätze 1-3 Männer und Frauen
- Siegerehrung kleiner Supercup Plätze 1-3 Männer und Frauen
- Siegerehrung Staffel-Halbmarathon Plätze 1-3 Männer, Frauen, Mixed, Oberstufencup

- Ca. 12:00 Uhr** - Siegerehrung Marathon Plätze 1-3 Männer und Frauen
- Siegerehrung großer Supercup Männer und Frauen
- Siegerehrung Gesamtsieger Ekiden-Staffel

Wir möchten die siegreichen Läufer bitten, sich spätestens 15 Minuten vor der Ehrung am Siegerehrungspodest in der SCHAUINSLAND-REISEN Arena einzufinden. Die Erstplatzierten erhalten beim Zieleinlauf ein Hinweiskärtchen.

Starterinformationen – Marathon + Staffel-Halbmarathon

Altersklassenwertung findet im Ehrungszelt auf der Aktionswiese statt

Die Plätze 1 – 3 der Klassen Jugend W/M JU 18 (07/08) (ausschließlich Halbmarathonis), Jugend W/M JU 20 (05/06); W/M (Jg. 95/04); W/M 30 (Jg. 90/94), W/M 35 (Jg. 85/89); W/M 40 (Jg. 80/84); W/M 45 (Jg. 75/79); W/M 50 (Jg. 70/74); W/M 55 (Jg. 65/69); W/M 60 (Jg. 60/64); W/M 65 (Jg. 55/59), W/M 70 (Jg. 50/54); W/M 75 (Jg. 45/49); W/M 80 (Jg. 44 älter) des Marathons erhalten ihre Preise und Pokale ab 11:45 Uhr gegen Vorlage der Startnummer im Ehrungszelt auf der Aktionswiese an der Bertaallee. Gleiches gilt für die Gesamtsieger der Mannschaften im Halbmarathon und bei den Inlineskatern, sowie die Sieger der Duisburg-Wertung im Marathon und bei den Inlineskatern.

(SK) Mindestalter für den Inline-Skating-Marathon: 16 Jahre! Bei den Inlineskatern erhalten entsprechend die Plätze 1 - 3 der Klassen Junioren (Jg. 06/07); Aktive (Jg. 90/05); Masters U40 (Jg. 85/89); Masters U50 (Jg. 75/84); Masters U60 (Jg. 65/74); Masters U70 (Jg. 55/64); Masters U80 (Jg. 45/54) und Masters Ü80 (Jg. 44 und älter) bei den Männern und Frauen ihre Preise und Pokale gegen Vorlage der Startnummer.

Infos für Zuschauer

- Kostenloser Bus-Shuttle zu den Wechselpunkten und zum Ziel (Abfahrt SCHAUINSLAND-REISEN Arena, letzte Parkplatzeihe zum Kalkweg) von 08.00 bis 11.50 Uhr
- Begeisterter Empfang der Läufer von der Tribüne der SCHAUINSLAND-REISEN Arena
- Meeting-Point an den „Schattenbäumen“ auf der Aktionswiese der Bertaallee

Kinderbetreuung

- Durch qualifizierter Übungsleiter
- Auf der Aktionswiese der Bertaallee
- Verpflegung für die Kinder mit abgeben (Vorherige Anmeldung erwünscht)

Wir wünschen Ihnen für den 41. Rhein-Ruhr-Marathon viel Spaß und viel Erfolg!

**ZUSÄTZLICHE INFORMATIONEN FÜR DIE TEILNEHMER DES
2. RHEIN-RUHR-STAFFEL-HALB-MARATHONS****Liebe Staffelteilnehmer,**

wir freuen uns, dass ihr euch für die Teilnahme am Staffel-Lauf des Rhein-Ruhr-Halbmarathon Duisburg 2024 entschieden habt. Damit ihr den Wettkampf unbeschwert genießen könnt, haben wir hier für euch zusätzliche Informationen zusammengestellt.

Zeitnahme

Jede Staffel benötigt einen Staffeltab. Diesen Tab erhaltet ihr bei der Startkartenausgabe in der SCHAUINSLAN-REISEN Arena. Bitte gebt ihn nach dem Zieleinlauf unbeschädigt im Zielbereich zurück. Sollte der gemietete Staffeltab nicht zurückgegeben werden, wird euer Konto bzw. die Kreditkarte nachträglich mit 16,00 Euro belastet.

Zieleinlauf

Gerne könnte ihr euch vor dem Einlauf in die SCHAUINSLANREISEN-Arena treffen, um gemeinsam in die Arena zu laufen. Eine Möglichkeit, den Schlussläufer*in an der Ziellinie zu empfangen, besteht nicht.

Streckenabschnitte und Läuferinformationen:

Der Halbmarathonstaffel-Start erfolgt um 09:00 Uhr.

1. Streckenabschnitt:

Start bis Staffelwechsellpunkt 1 Duisburger Innenstadt, Steinsche Gasse, KM 5
Staffelstab bitte nicht vergessen.

2. Streckenabschnitt:

Staffelwechsellpunkt 1 bis Staffelwechsellpunkt 2, Wanheimerort, Düsseldorfer Straße 590 bei VS 12 vom Duisburger Sportverein 1900, KM 10
Der Staffelläufer mit der Nummer 2 begibt sich bitte bis spätestens um 09:15 Uhr in den Bereich des Staffelwechsellpunktes 1 und übernimmt dort den Staffelstab.

3. Streckenabschnitt:

Staffelwechsellpunkt 2 bis Staffelwechsellpunkt 3 Großenbaum, Großenbaumer Allee 168, Gesamtschule Süd, KM 16
Der 3. Staffelläufer begibt sich bitte spätestens um 09:30 Uhr in den Bereich des Staffelwechsellpunktes 3 und übernimmt dort den Staffelstab.

4. Streckenabschnitt:

Staffelwechsellpunkt 3 bis Ziel (SCHAUINSLAND-REISEN Arena). Dort könnt ihr euch vor dem Zieleinlauf treffen und gemeinsam in die Arena laufen.

Wechsellpunkte

Die Staffellwechsellpunkte sind von der eigentlichen Laufstrecke abgegrenzt. An jedem Staffellwechsellpunkt gibt es eine Art Boxengasse mit einzelnen Wechsellzonen nach Startnummern sortiert.

Anreise:**Staffellwechsellpunkt 1**

(Duisburger Innenstadt, Steinsche Gasse):

Diesen Staffellwechsellpunkt erreicht ihr über den **Shuttlebus**, der an der SCHAUINSLAND-REISEN Arena ab 08:00 Uhr startet.

Achtet auf die Beschilderung der Busse.

Der Staffellwechsellpunkt kann darüber hinaus mit öffentlichen Verkehrsmitteln angesteuert werden:

- U-Bahn-/ Tramhaltestelle Steinsche Gasse U79 und 903

Staffellwechsellpunkt 2

(Wanheimerort, Düsseldorfer Straße):

Diesen Staffellwechsellpunkt erreicht ihr über den **Shuttlebus**, der an der SCHAUINSLAND-REISEN Arena ab 08:00 Uhr startet.

Achtet auf die Beschilderung der Busse.

Der Staffellwechsellpunkt kann darüber hinaus mit öffentlichen Verkehrsmitteln angesteuert werden:

- U-Bahnhaltestelle Waldfriedhof U79

Staffellwechsellpunkt 3

(Großenbaum, Großenbaumer Allee)

Diesen Staffellwechsellpunkt erreicht ihr über den **Shuttlebus**, der an der SCHAUINSLAND-REISEN Arena ab 08:00 Uhr startet.

Achtet auf die Beschilderung der Busse.

Nähere Informationen zur Anreise zu den Staffellwechsellpunkten entnehmt bitte unserer Homepage www.rhein-ruhr-marathon.de.

Wir wünschen allen Staffell-Teilnehmern einen guten Lauf und viel Spaß!

ZUSÄTZLICHE INFORMATIONEN FÜR DIE TEILNEHMER DER NRW-LANDES- MEISTERSCHAFT INLINE-SKATER

Liebe Teilnehmerin, lieber Teilnehmer,
wir freuen uns in diesem Jahr die NRW-Landes-
meisterschaft der Inline-Skater zusätzlich zu
unseren bisherigen Wettkämpfen ausrichten zu
können. Damit ihr den Wettkampf unbeschwert
genießen können, haben wir hier zusätzliche In-
formationen für euch zusammengestellt:

Teilnahmeberechtigung und Wertungsgruppen

Junioren, Aktive, Masters U40, Masters U50,
Masters U60, Masters U70, Masters U80 und
Masters Ü80, die im Besitz einer gültigen Lizenz
des DRIV sind. Bitte die Sonderregelung für
Hochstarten beachten.

Startnummern

Die Startnummer ist von allen Teilnehmern
nach Anweisung gut erkennbar auf dem rechten
Oberschenkel zu tragen. Geht ein Teilnehmer ein-
es Laufes, bei dem Startnummern erforderlich
sind, ohne diese oder mit schlecht erkennbarer
Startnummer an den Start, wird er zurückgewie-
sen und erhält keine Wertung für diesen Lauf.
Das Um- oder Abknicken der Startnummer führt
automatisch zur Disqualifikation! Außerdem
müssen die beiden Zeitmesstransponderstrei-
fen (MikaTags) auf den Helm geklebt werden
(Anleitung bei der Startnummer), da ansonsten
keine vollständige Zeiterfassung erfolgen kann.

Startblöcke

Es werden keine separaten Startblöcke einge-
richtet. Start für alle Teilnehmer*innen ist um
08:00 Uhr. Von Veranstalterseite wird darauf

geachtet, dass sich die Elitefahrer im vorderen
Bereich des Starterfeldes positionieren.

Rollengröße

Für alle Teilnehmer*innen gilt folgende Vorgabe
für die maximale Rollengröße: 125 mm

Die WKO des DRIV in Verbindung mit der WKO
der FIRS insbesondere in Bezug auf die Rollen-
größe ist einzuhalten. Starter mit größeren Rol-
len werden aus der Wertung genommen bzw.
disqualifiziert.

Zieleinlauf

Der Zieleinlauf für die NRW-Landesmeister-
schaft und des WSC-Cups befindet sich auf der
Margaretenstraße außerhalb des Stadions. Nur
an diesem Ziel wird der Sieger der NRW-Landes-
meisterschaft ermittelt.

Nach dem Zieleinlauf fahren alle Sportler durch
den Tunnel in die SCHAUINSLAND-REISEN
Arena. Erst dort erfolgt die Zeitnahme für die
Wertung des Rhein-Ruhr-Marathons.

**Wir wünschen allen Teilnehmern einen guten
Lauf und viel Spaß!**

RHEIN-PUHR WARBUNG

Gesamtherstellung: SET POINT Medien GmbH
www.setpoint-medien.de