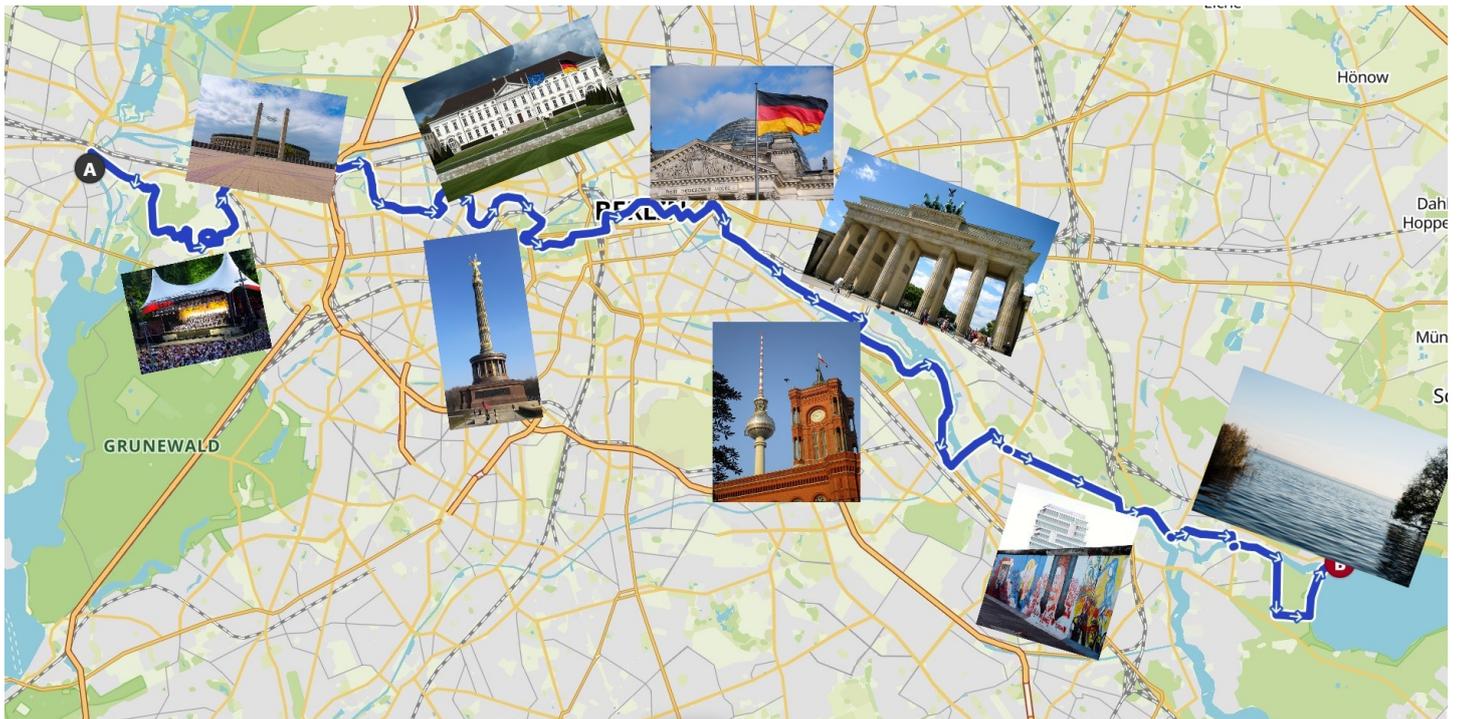




## Teilnehmerinfos Berlin-Marsch 3.Oktober 2023



## Gesamtstrecke:

6.45 – 7.15 Uhr in Startwellen alle 5 Minuten, Ziel 12.45 – 20.00 Uhr (Zielschluß)

Strecke: <https://www.komoot.de/tour/951281908>

Minimalgeschwindigkeit 3,92 km/h ; Maximalgeschwindigkeit 8,33 km/h

## Startzeit:

Deine persönliche Startnummer und Startzeit findest du in der gesonderten pdf.  
Um deine Startwelle zu ändern, sage deinen Änderungswunsch bitte bei der Startunterlagenabholung am 3.Oktober 5.30 – 7.15 Uhr an und sie wird geändert.

## Adressen und Öffnungszeiten der Veranstaltungspunkte:

Startbereich Freizeitsportanlage Südpark Am Südpark 51 13595 Berlin  
5.30-7.30 Uhr 52°31'06.3"N 13°11'30.5"E  
<https://maps.app.goo.gl/PcVdnVydiXzoV7ER8>



**Verpflegungspunkt 1 (VP1):**  
(nach 10km, 7.45-9.45 Uhr)

**Hempelsteig / U-Bhf Ruhleben 13597 Berlin**  
**52°31'31.7"N 13°14'27.8"E**

<https://maps.app.goo.gl/uB7svMnFMfJopPiP8>



**Verpflegungspunkt 2 (VP2):**  
(nach 20km, 9.10-12.20Uhr)

**Helgoländer Ufer / Gerickesteg 10557 Berlin**  
**52°31'13.2"N 13°21'02.4"E**

<https://maps.app.goo.gl/WcZk9Rxe1XtPWwa16>

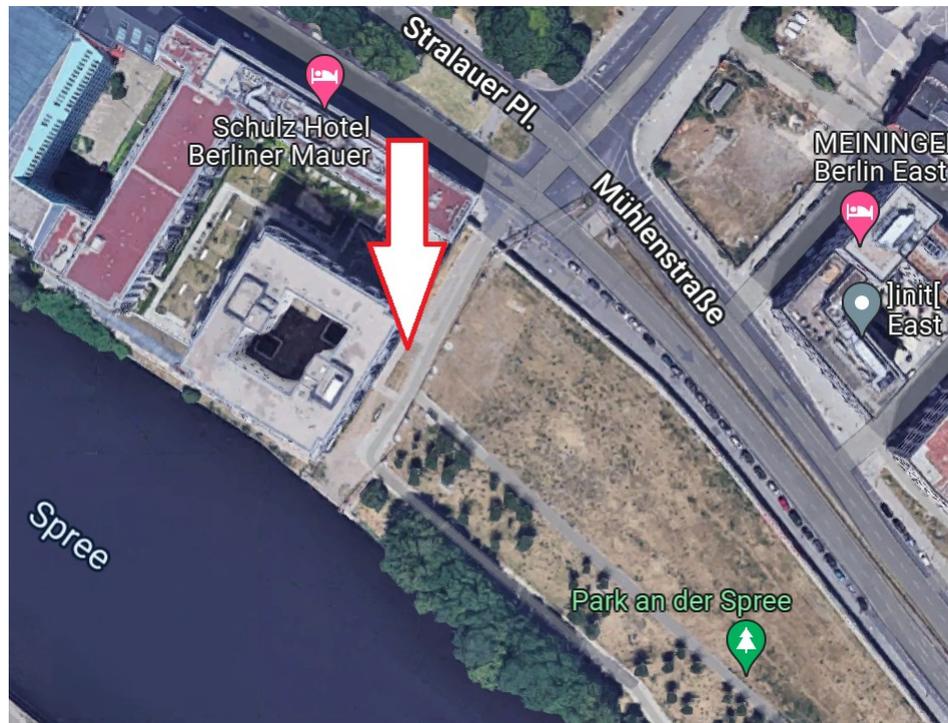


Verpflegungspunkt 3 (VP3):  
(nach 30km, 10.20-14.50Uhr)

Stralauer Platz 37 / Mühlenstr. 10243 Berlin

52°30'29.2"N 13°26'03.2"E

<https://maps.app.goo.gl/Jj7eojdby7imYVyf6>

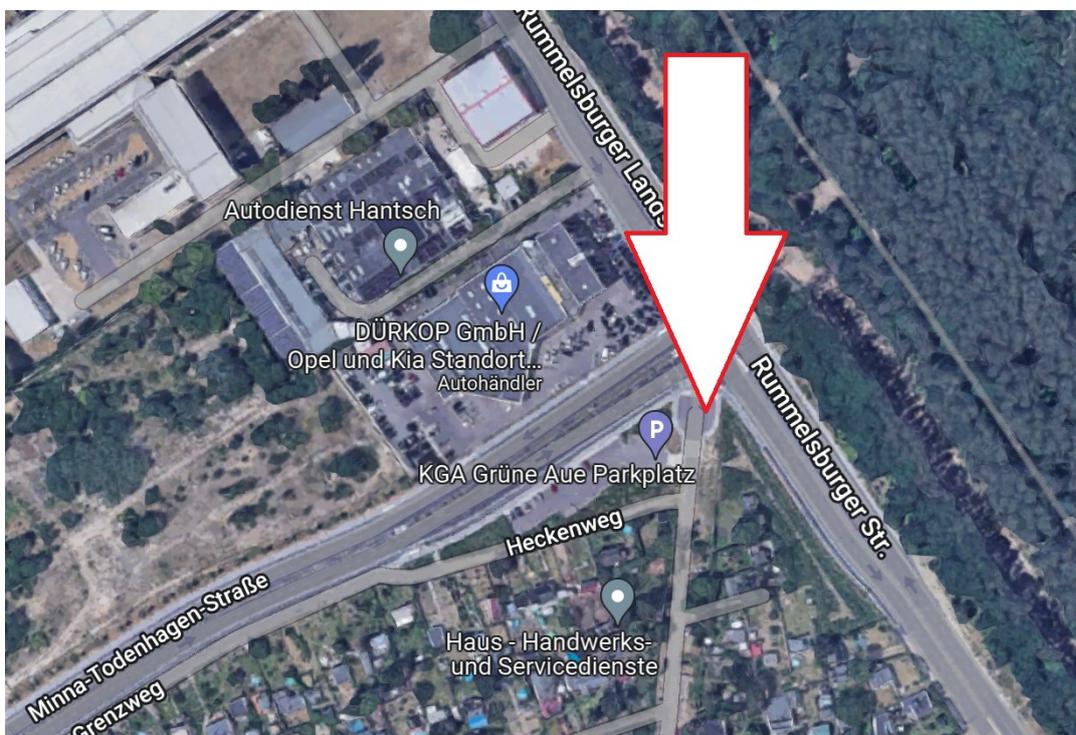


Verpflegungspunkt 4 (VP4):  
(nach 40km, 11.30-17.30 Uhr )

Wattstr. 47 / Rummelsburger Str. 12459 Berlin

52°28'21.1"N 13°30'34.7"E

<https://maps.app.goo.gl/75DMk4Mj7GKHb4hc7>



Ziel:

(nach 50km, 12.30-20.00Uhr)

Müggelseedamm 216 12587 Berlin

52°26'45.8"N 13°37'50.2"E

<https://maps.app.goo.gl/Fz6K5dE1hRNVLx4g7>



## Was gibt es an den Verpflegungspunkten:

### VP1 (7.45-9.45 Uhr)

Sitzmöglichkeiten, Wasser, isotonisches Getränk, div. belegte Brote, Bananen, Äpfel, Salzbrezeln, Gummibärchen, öffentliche Toilette, Pflaster

### VP2 (9.10-12.20 Uhr)

Sitzmöglichkeiten, Wasser, isotonisches Getränk, div. belegte Brote, Bananen, Äpfel, Salzbrezeln, Gummibärchen, Dixitoiletten, Pflaster

### VP3 (10.20-14.50 Uhr)

bestellte persönliche Ausrüstung, Sitzmöglichkeiten, Wasser, isotonisches Getränk, div. belegte Brote, Bananen, Äpfel, Salzbrezeln, Gummibärchen, Dixitoiletten, Pflaster

### VP4 (11.30-17.30Uhr)

Sitzmöglichkeiten, Wasser, isotonisches Getränk, div. belegte Brote, Bananen, Äpfel, Salzbrezeln, Gummibärchen, Dixitoiletten, Pflaster

### Ziel (12.30-20.00Uhr)

Zieleinlauf, Moderation, Urkunde, Medaille, Sitzmöglichkeiten, Toiletten, Umkleiden, Massage, Pflaster, kalte Dusche, Feuertonne, Decken, Wasser, Tee, Cola, div. belegte Brote, Bananen, Äpfel, Salzbrezeln, Gummibärchen, Imbissmöglichkeiten

## **Wie läuft der Start ab?**

Ab 5.30Uhr (bis 7.30Uhr) ist die Startunterlagenabholung im Startbereich geöffnet. Hier sagt ihr euren Namen an, werdet registriert und erhaltet eure Startunterlagen:

eure Startnummer mit Namensaufdruck, 4 Sicherheitsnadeln (bei Bedarf), T-Shirt (wenn gebucht) – Markierband für Zielkleidung (wenn gebucht)- Markierband für Eigenverpflegung bei VP3 (wenn gebucht)

In der gesonderten Pdf ist eure persönliche Startzeit festgehalten. Alle 5 Minuten starten ca 80 Wanderer. Wenn ihr eure Startwelle noch wechseln wollt, könnt ihr euren Wunsch an der Unterlagenabholung ansagen.

Wenn ihr Eigenverpflegung für VP3 oder Zielgepäcktransport gebucht habt, könnt ihr dieses mit dem entsprechenden Markierband am LKW abgeben. Ideal dafür sind eigene Rucksäcke/Beutel

## **Was empfehlen wir mitzunehmen:**

Bekleidung lang/kurz, Regenjacke, Wechselsocken, Mütze, Pflaster, Trinkflasche, Becher, individuelle Verpflegung, Handy mit geladenem (Ersatz)Akku, aufgespielte Streckenkarte zur Navigation, (Klein)geld, EC-Karte, Krankenkassenkarte, Ausweis, kleine Taschenlampe, Taschentücher, Kompass?

## **Wie finde ich die Strecke:**

Auf der Internetseite ist die Streckenkarte für verschiedene Plattformen downloadbar um dann per Handy navigieren zu können.

Alle besonderen (Abbiege)punkte sind mit kleinem Hinweisschild und ggf mit Kreidespray markiert.

Es befinden sind 500 Teilnehmer auf der Strecke – findet euch zu kleinen Gemeinschaften zusammen um den Weg nicht zu verfehlen.

[Hier ist die Strecke als gpx-Datei downloadbar](#)

[Hier ist die Strecke als kml-Datei downloadbar](#)

[Hier ist die Strecke bei Komoot einsehbar/navigierbar per Handy](#)

[Hier ist die Strecke bei alltrails einsehbar/navigierbar per Handy](#)

[Hier ist die Strecke bei bikemap einsehbar/navigierbar](#)

[Hier ist der Streckenverlauf downloadbar](#)– ggf zum Ausdruck auf insg. 12 A4-Seiten

## **Staffelstarts:**

Es gibt die Möglichkeit den Berlin-Marsch als Staffel zu absolvieren. Dabei ist immer nur ein Staffelteilnehmer offiziell auf der Strecke. Dieser ist durch die Startnummer gekennzeichnet. Der Wechsel zwischen den Staffelteilnehmern kann jeweils an den Verpflegungspunkten VP1-4 erfolgen. Als Staffelstab fungiert die Startnummer. An den Verpflegungspunkten können alle Staffelteilnehmer sich stärken, beim Zieleinlauf erhalten alle Staffelteilnehmer eine Medaille sowie eine gemeinsame Urkunde.

## Notfälle:

Am Ende des Feldes folgt ein Sicherungsfahrrad. Sie können Tipps geben wenn man sich verlaufen hat, überlegen mit wie/ob es weiter gehen kann. Sie können keine echten medizinischen Notfälle behandeln, keine Personen oder Equipment transportieren.

Tel. Sicherungsfahrrad: 0175 6572712

Du musst den Marsch beenden?

[www.bvg.de](http://www.bvg.de) Taxiruf 030 20 20 20

medizinische Notfälle!

Tel 112

Fragen? [info@berlin-marsch.de](mailto:info@berlin-marsch.de) , Rückmeldung innerhalb 24h

Das Team freut sich sehr auf den 3.Oktober – alle Teamer und Helfer sind Ehrenamtler und versuchen euch so gut wie möglich durch den Tag zu begleiten – euch einen tollen sportlichen Tag zu bescheren.

Einen wandervollen Berlin-Marsch!