

Praktische Infos

Ankunft in Echternach

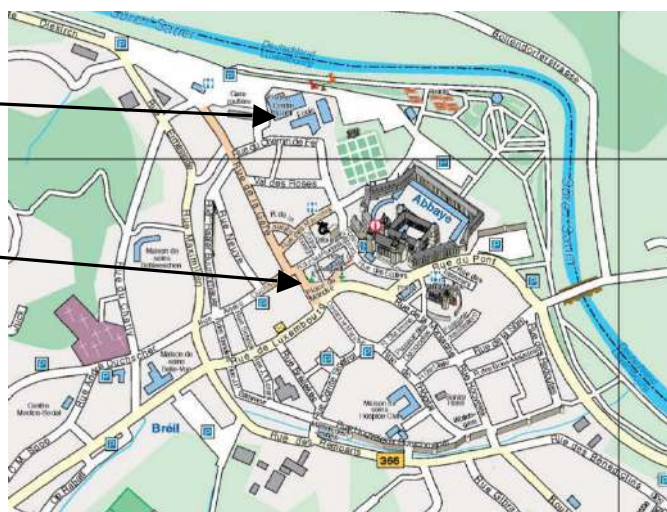
Mit dem Auto: folgen Sie der BAB 1 und B51 von Köln und der Region aus kommend. Aus der Region um Trier kommend, folgen Sie der B51 und N10. Aus Luxemburg-Stadt, nehmen Sie die E29.

Mit dem Zug: Vom Luxemburger Hauptbahnhof, Wasserbillig und Ettelbruck aus, fahren Busse nach Echternach.

Parken in Echternach

Umkleide/Dusche

Start/Ziel



Startunterlagen abholen

Die Startunterlagen für alle Trails können ab dem Freitag 31.08.2018 – Donnerstag 06.09.2018 im Sportgeschäft CITABEL (3, rue du Château d’Eau, L-3364 Leudelingen) während der Öffnungszeiten abgeholt werden.

Außerdem besteht die Möglichkeit die Startunterlagen für alle Trails bis 30 min vor dem Start des jeweiligen Trails am Tag des Rennens auf der Place du Marché in Echternach (Denzelt Gebäude) abzuholen, mit Ausnahme des Shorty, wo die Startunterlagen früher abgeholt werden müssen (12:00Uhr-12:45Uhr, NUR auf der Place du Marché à Echternach, NICHT auf der Heringer Millen)

Meinen Rucksack abgeben

Am Tag des Trails könnt ihr euren Rucksack in der Startzone abgeben. Markiert bitte eure Startnummer gut sichtbar auf dem Rucksack. Bitte plant genug Zeit hierfür ein!

Der Veranstalter lehnt jegliche Haftung bei Verlust oder Diebstahl ab!

Zeitnahme

Der GPS Chip zur Zeitnahme ist in der Startnummer integriert.

Keine Zeitnahme beim « Kids Adventure Run ».

Startnummer

Nur die Teilnehmer mit einer Startnummer welche vom Organisator ausgehändigt wurde sind an der Teilnahme des Rennens berechtigt. Die Startnummern sind personalisiert und nicht übertragbar. Diese müssen gut sichtbar auf der Brust / dem Bauch getragen werden. Ohne Startnummer keine Klassifikation in der Ergebnisliste. Vergesst nicht auf der Rückseite eurer Startnummer folgende Informationen einzutragen: Telefonnummer einer Kontaktperson im Falle eines Notfalls sowie Allergien. Die hilft uns im Falle eines Notfalls!

Start

Start der Trails « Ultra Trail 112km », « Long Trail 75km » und « Trail 39km » am Samstag den 8. September 2018 auf der Place du Marché in Echternach.

Ultra Trail :	00:05 Uhr
Long Trail :	06:00 Uhr
Trail :	10:00 Uhr

Start der Trails « Short Trail 15km » und der « Kids Adventure Run » finden am Samstag den 8. September 2018 auf der Heringer Millen statt.

Short Trail:	14:00 Uhr
Kids Adventure Run I :	13:45 Uhr (4 - 6 Jahre)
Kids Adventure Run II :	13:45 Uhr (7 -10 Jahre)

Verpflegungsstellen

Ultra Trail :	7 Verpflegungsstellen mit Essen und Getränken die vor Ort zu konsumieren sind + Abschlussverpflegungsstelle in Echternach bei der Zielankunft
Long Trail :	5 Verpflegungsstellen mit Essen und Getränken die vor Ort zu konsumieren sind + Abschlussverpflegungsstelle in Echternach bei der Zielankunft
Trail :	3 Verpflegungsstellen mit Essen und Getränken die vor Ort zu konsumieren sind + Abschlussverpflegungsstelle in Echternach bei der Zielankunft
Short Trail :	1 Verpflegungsstelle mit Essen und Getränken die vor Ort zu konsumieren sind + Abschlussverpflegungsstelle in Echternach bei der Zielankunft

Alle Trails folgen dem Prinzip der « Teilselbstversorgung », was bedeutet zwischen 2 Verpflegungsstellen selbstständig, sowohl ausreichend mit Flüssigkeiten, Energetischen Nahrungsmitteln, Notfallmaterial sowie entsprechend den Umständen angepasster Kleidung ausgerüstet zu sein. (Schlechtes Wetter, physische Probleme, Verletzungen...).

(Das Regelement kann auf unserer Homepage angeschaut werden www.utml.lu)

Ausrüstung + Obligatorisches Rennmaterial

Das obligatorische Rennmaterial für alle Rennen mit Ausnahme des SHORTY setzt sich wie folgt zusammen:

- Ein Mobiltelefon (Vor dem Start wird euch eine Notfallnummer mitgeteilt, die unbedingt eingespeichert werden muss. Das Handy muss eingeschaltet bleiben und bei aufgetretenen Schwierigkeiten ist diese Nummer sofort zu wählen, wobei eure Nummer nicht maskiert sein darf! Vergesst nicht mit voller Batterie loszulaufen)
- Ein wieder verwertbarer Becher min. 15 cl (Trinkflaschen sowie Flachmäner sind erlaubt)
- Eine Flüssigkeitsreserve von min 1 Liter Wasser
- Eine Essensreserve

- Eine Strinlampe mit genügend Laufzeit und ggf. Ersatzakkus;
- 1 Trillerpfeife und eine Überlebensdecke
- Fakultativ : Laufstöcke

Für den SHORTY :

- Ein Mobiltelefon (Vor dem Start wird euch eine Notfallnummer mitgeteilt, die unbedingt eingespeichert werden muss. Das Handy muss eingeschaltet bleiben und bei aufgetretenen Schwierigkeiten ist diese Nummer sofort zu wählen, wobei eure Nummer nicht maskiert sein darf! Vergesst nicht mit voller Batterie loszulaufen)
- Ein wieder verwertbarer Becher min. 15 cl (Trinkflaschen sowie Flachmäner sind erlaubt)

Strecke + Höhenunterschied

Die Infos zu den einzelnen Trails + Höhenunterschied könnt ihr auf unserer Homepage einsehen: www.utml.lu

Die Wegemarkierung:

1. BLAUE Markierungsbänder mit reflektierender Folie für den Nachtanteil des Trails
2. Distanzschilder, Richtungspfeile, sowie Plakate die Strassenüberquerungen ankündigen und die Verpflegungsstellen
3. Umweltfreundliche Kalkmarkierungen auf dem Boden (außer bei Ankündigung von schlechtem Wetter)
4. Alle Trails folgen den Markierungen des Mullerthaltrail® welche mit einem dunkelroten « M » gekennzeichnet sind



Zeitlimits

Damit ein jeder das Ziel bis 21.30Uhr erreicht hat, sind Zeitlimits an den einzelnen Verpflegungspunkten unausweichlich. Diese zählen vor allem für den Ultra sowie den Long Trail. Ihr müsst die "Supp" spätestens um 15:30Uhr , die Heringer Millen bei der zweiten Passage um 18:00Uhr und Berdorf um 20:00Uhr verlassen haben.

Bei Rennaufgabe werdet ihr mit unserem Buspendeldienst zurück nach Echternach gefahren.

Klassement + Preise

Für alle 4 Rennen, werden nur die Läufer im Klassement geführt, welche in Echternach im Ziel ankommen. Für jedes Rennen wird es ein Gesamtklassement geben.

Die ersten 3 Männer und Frauen jedes Rennens erhalten Preise.

Finisher Medaille + Finisher T-shirt

Jeder Teilnehmer der in Echternach das Ziel erreicht wird mit einer Finisher Medaille sowie einem Finisher T-Shirt belohnt. Die Größe des T-Shirts wurde bei der Anmeldung zum Trail angegeben.

Umkleide + Duschen

Die Umkleide mit Duschen steht im Sportzentrum von Echternach (250m vom Ziel entfernt) für euch zur Verfügung.

Einführung 3. Auflage des Leopard - Ultratrail Mullerthal

Bei der ersten Ausgabe 2016 unseres Leopard-Ultratrail schien die Sonne. 2017 begann es mit dem Startzeichen gegen Mitternacht in Strömen zu regnen. Teilnehmer und Organisatoren haben unter diesen witrigen Wetterverhältnissen gelitten, ebenso wie die Wegmarkierungen. Tagsüber am Nachmittag, sorgten Sonnenstrahlen wieder für bessere Stimmung.

Wir gingen eigentlich davon aus beste und widrige Bedingungen erfahren zu haben.

Anfang Juni dieses Jahres zerstörten jedoch sintflutartige Regenfälle über Nacht große Teile der Trailwegstrecken, insbesondere der Trailstrecke 2. Es entstand ebenfalls erheblicher Sachschaden an Gebäuden und Campingplätzen.

Doch im Mullerthal ließ man die Köpfe trotz dieser Naturkatastrophe nicht hängen. In einer unermüdlichen Solidaraktion, begann man die Schäden schrittweise zu beheben.

Wir wurden sofort von den Verantwortlichen der Mullerthalregion gebeten, an der Organisation der Trailveranstaltung festzuhalten.

In dem Moment wo diese Zeilen geschrieben werden, kann noch nicht die genaue Wegstrecke des Trailabschnittes 2 definiert werden. Vielleicht werden noch vereinzelt Bypässe eingerichtet.

Dank der vielfachen Anstrengungen, werden das Mullerthal und der Trail das gewohnte Naturschauspiel bieten können.

Macht euch bereit!

Euer Organisationsteam.

Euer Rennen

Egal ob Ultra 112 km, Long 75 km oder Trail 39 km, ihr werdet eine Strecke von einer unvergesslichen Schönheit vorfinden. Also nicht nur drauf los rennen, sondern Augen auf und genießen.

Die Ultrastrecke führt nachts, nachdem das Plateau erreicht ist, zunächst "gemütlich" durch Wald, Feld und Dorfpassagen, ehe nach der ersten Verpflegungsstelle das charakteristische Terrain des Müllerthals beginnt. Ihr lauft durch das Sauertal zurück nach Echternach, wo im Start-Zielbereich die zweite Verpflegungsstelle wartet. Ab hier wird es dann wieder technisch bis zur nächsten Verpflegungsstelle, der Heringer Millen. Echternach und Heringer Millen bieten nicht nur ein üppiges Angebot an Essbarem, sondern auch warme Getränke und Suppe. Wer erhielt schon mal ein Espresso auf einem Trail?

Langsam wird es hell und der technische Teil nach Befort zum Schloss kann so richtig "genossen" werden. Von hier geht es hinauf auf ein Plateau. Dieser Streckenabschnitt ist ziemlich flach und man kann sich erholen. Camille und Guy, die ihr von der ersten Verpflegungsstelle kennt, haben hier eine Wasserstelle eingerichtet.

Danach wird es wieder technisch bis nach Larochette. Hier ist auch ein schönes Schloss zu bewundern. Ab der Verpflegungsstelle Supp, geht es wieder eher "gemütlich" zurück zur Heringer Millen. Ab da beginnt der letzte Teil. Die 15 km schafft ihr auch noch, zumal Jacques mit seiner Mannschaft in Berdorf noch eine letzte Verpflegungsstelle eingerichtet hat.

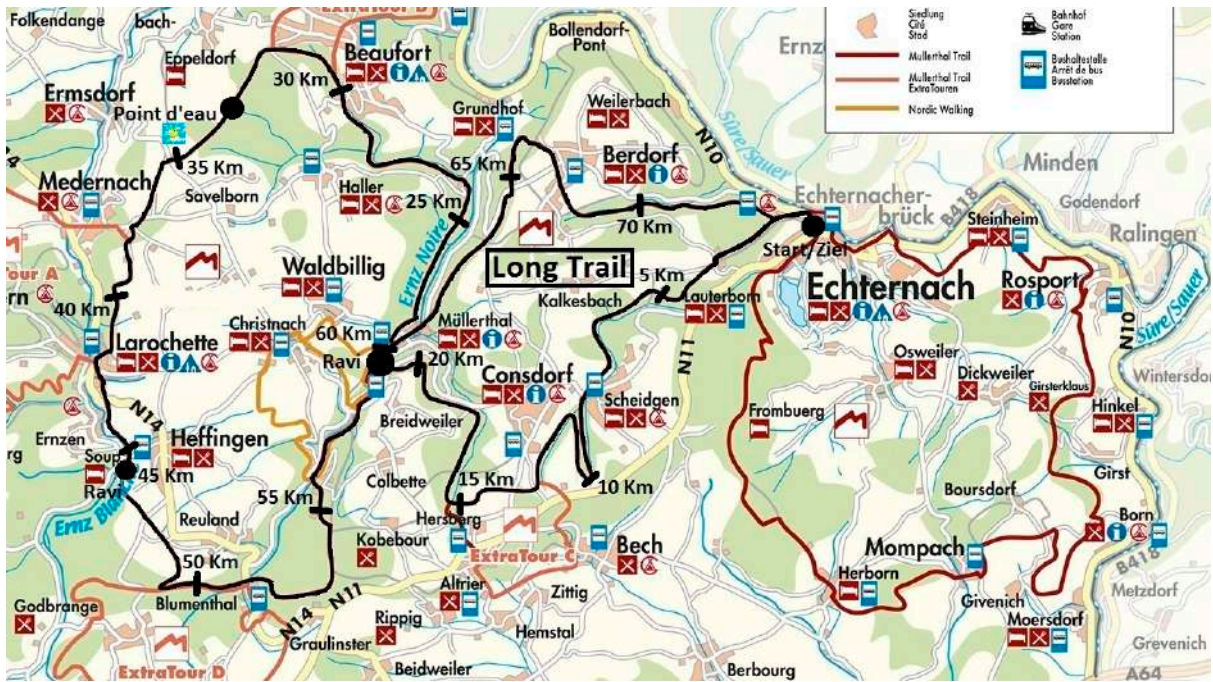
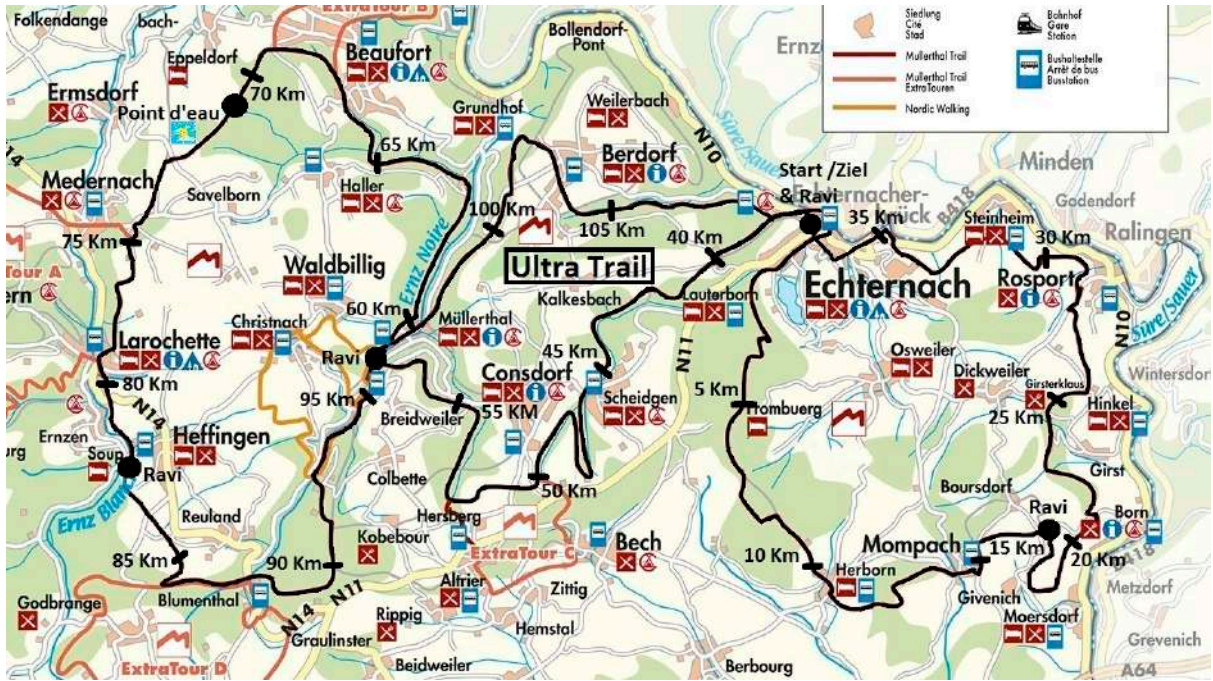
Für die Teilnehmer des Long Trail beginnt der Tag sehr schnell nach dem Start hell zu werden. Ab Echternach gilt für euch dieselbe Strecke mit Verpflegung wie für die Ultras.

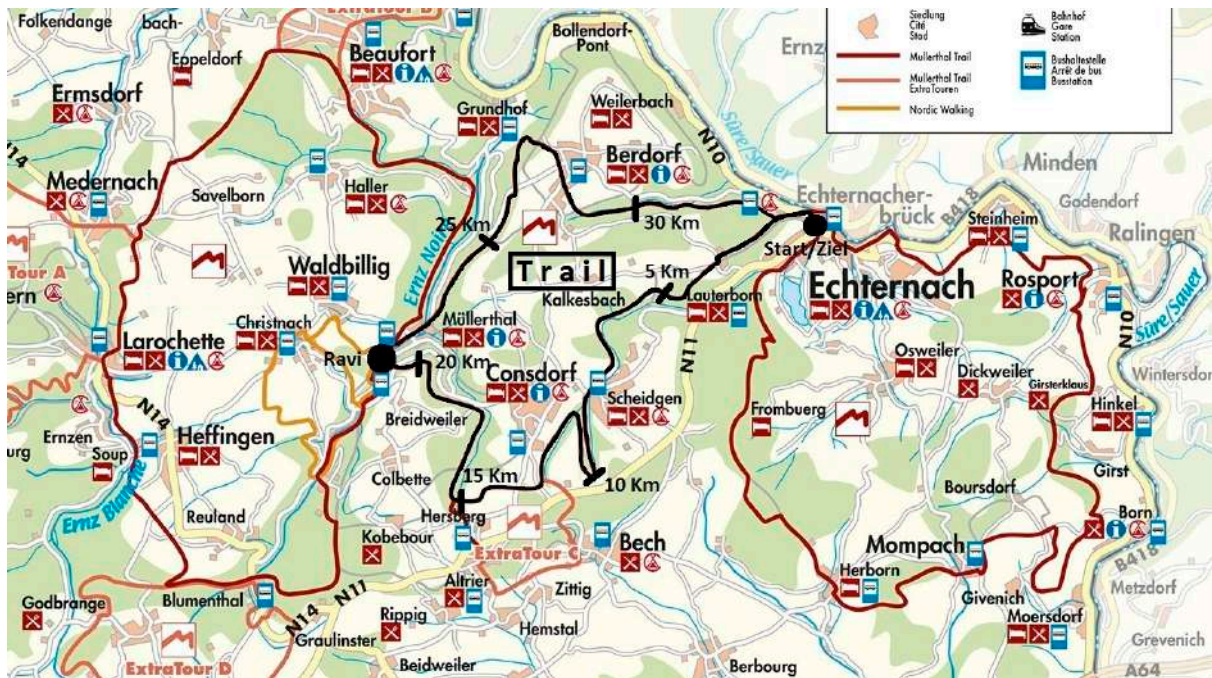
Der Trail führt ausschließlich über die Wege des "Herzstücks" des Mullerthal. Hier ist Vorsicht vom ersten Moment an geboten. Exklusiv für euch wird eine Wasserstelle vor Scheidgen eingerichtet. Ab der Heringer Millen geht's dann zurück nach Echternach. In Berdorf könnt ihr euch ein letztes Mal verpflegen. Augen auf, ihr befindet euch in einem wunderschönem Naturreservat.

Damit ein jeder das Ziel bis 21.30Uhr erreicht hat, sind Zeitlimits an den einzelnen Verpflegungspunkten unausweichlich.

Ihr müsst die "Supp" spätestens um 15.30Uhr ,die Heringer Millen bei der zweiten Passage um 18.00Uhr und Berdorf um 20.00Uhr verlassen haben.

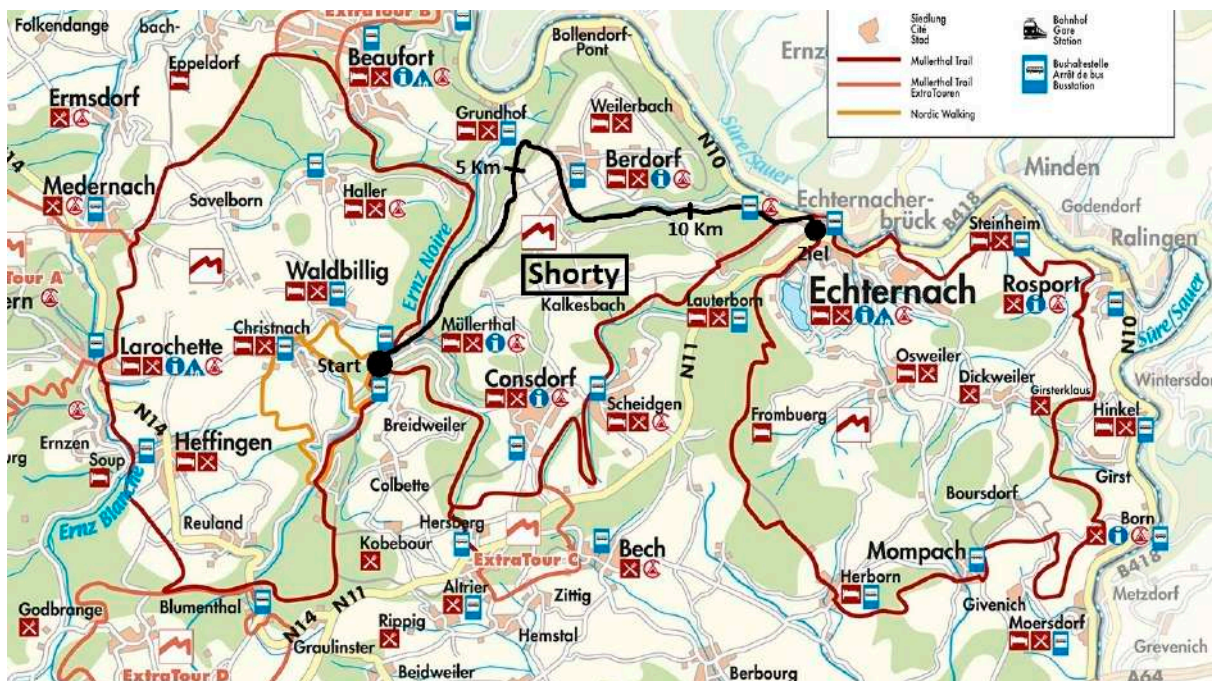
Bei Rennaufgabe werdet ihr mit unserem Buspendeldienst zurück nach Echternach gefahren.





Der SHORTY

Der Shorty hat nur 15 km, aber die haben es in sich. Nach dem Start an der romantischen Herringer Millen, geht's nach einem kleinem Flachstück gleich hinauf zum Pfad der euch nach Berdorf bringt. Hier gibt's Verpflegung. Danach führt euch eine der schönsten Teilstrecken nach Echternach. Aus dem Wald heraus geht's nach links an der Sauer entlang zum Ziel. Hier könnt ihr euch nach Verpflegung mit dem Finisher T-Shirt für eine längere Strecke im nächsten Jahr eintragen



Der Tag des Trails

In dem Abteistädchen Echternach gibt es viele Parkmöglichkeiten. Sie sind auf dem beiliegendem Plan ersichtlich. Wie weltweit üblich sollten keine Wertsachen im Auto liegen bleiben.

Die Startunterlagen können im Wettkampfbüro abgeholt werden. Alles spielt sich auf der Place du Marché in Echternach ab.

Ihr müsst unbedingt rechtzeitig am Start sein. Hier werden die letzten Details mitgeteilt. Es können immer Änderungen in letzter Minute nötig sein (es sei nur an die verheerenden Überschwemmungen Anfang August letzten Jahres erinnert, bei denen auch ein Teil der Rennstrecke in Mitleidenschaft gezogen worden war!).

Kurz vor dem Start wird die Notfallrufnummer noch einmal bestätigt. Diese muss in euer Handy eingespeichert werden. Es wird euch dann bei Schwierigkeiten so schnell wie möglich geholfen. Ortsangaben sollten vorzugsweise nach Kilometerstand erfolgen. Alle 5 km sämtlicher Strecken sind angezeichnet.

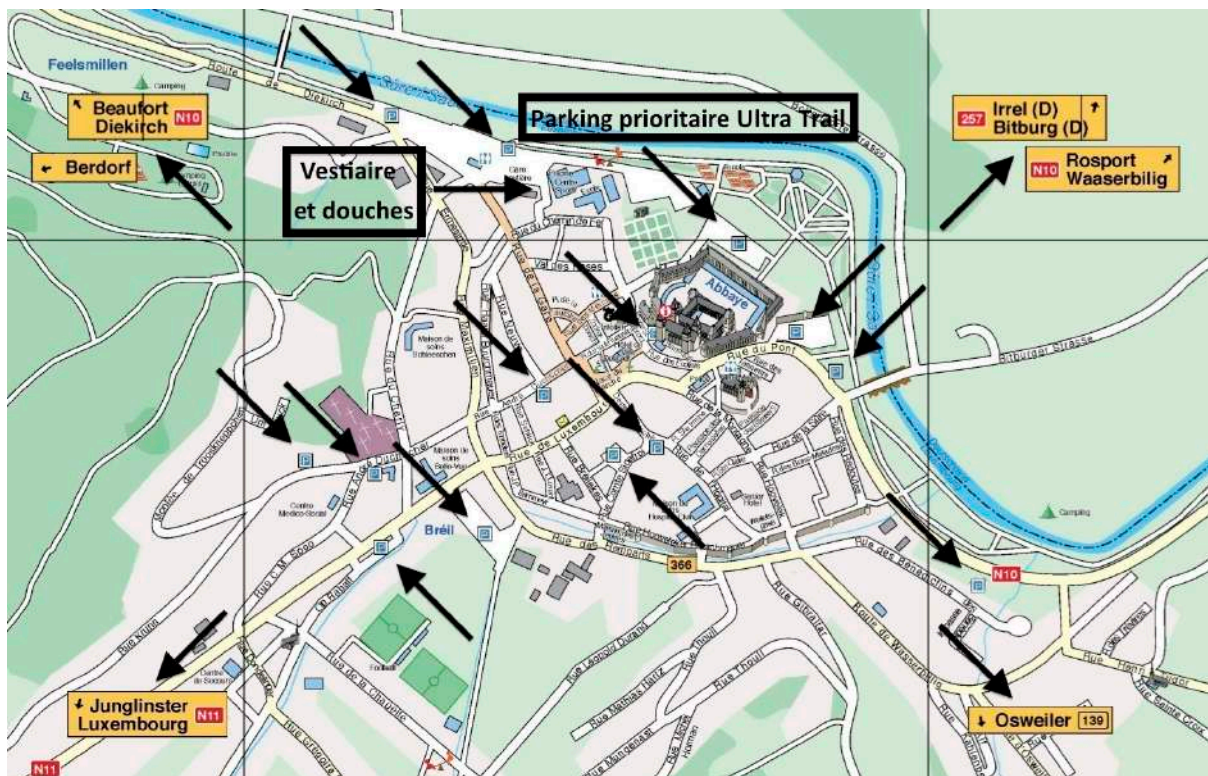
Teilselbstversorgung bedeutet zwischen 2 Verpflegungsstellen sowohl ausreichend mit Flüssigkeit und Energetischen Nahrungsbestandteilen versorgt zu sein. Für den Ultra stehen 7 Verpflegungsstellen und 1 Wasserstand über die gesamte Distanz zur Verfügung (5 Verpflegungsstellen und 1 Wasserstand für den Longtrail, 1 Wasserstand und 3 Verpflegungsstellen für den Trail und 1 Verpflegungsstelle für den Shorty). Profitiert also ausreichend hiervon an den Verpflegungsstellen. Hier könnt ihr auch zwischendurch eine Ruhepause in Liegestühlen genießen.

Die Leitung all unserer Verpflegungsstellen besteht aus "alten Trailhasen". Die meisten haben mehrfach am Marathon des Sables und am Grand Raid der Reunion teilgenommen.

Rennkommissare zirkulieren dauernd auf ihren Mountainbikes zu eurer Sicherheit auf der Strecke. Sie tragen zur zusätzlichen Sicherheit bei und überwachen das Fairplay.

Nach der Zielankunft wird ein Finisher T-Shirt unseres Hauptsponsors überreicht. Ihr könnt euch auch ein letztes Mal an der Verpflegungsstelle versorgen. Profitiert von den umliegenden Terrassen für ein letztes gutes Bier unter Freunden.

Parking



Zuschauer

An der Strecke könnt ihr von eurer Fantruppe unterstützt werden. Wir haben hier keine strikte Reglementierung wie beim UTMB, aber die Fairplay Regeln sollten eingehalten werden. Anbei die markierten Stellen wo man euch unterstützen kann.

