

# 39. Gamperney Berglauf



**Sonntag 21. Mai 2023**

**Kids-Lauf - Jugendlauf - Berglauf - Nordic-Walking**

**2er Team-Staffel**

**RAIFFEISEN**

## Einzel- Staffelanmeldung

Per Internet: [www.gamperney-berglauf.ch](http://www.gamperney-berglauf.ch).

## Team-Anmeldung

Bei der Online-Anmeldung möglich oder durch Abgabe einer Liste mit Namen, Vornamen, Geburtsjahr und Geschlecht aller Gruppenmitglieder bei der Information (Vorlage auf Homepage).

## Meldeschluss

Freitag, 19. Mai 2023

Alle Teilnehmer erhalten ein T-Shirt sowie ein Finisher-Geschenk beim Zieleinlauf.

## Nachmeldungen

Bis eine halbe Stunde vor dem Start möglich. Keine Garantie für ein T-Shirt. Nachgebühr CHF / € 10.00 (ausgenommen Kids-Lauf).

## Startgeld (inkl. Depot CHF / € 5.00 für den Kleider- transportsack, ausser Kids-Lauf)

Männer, Frauen, Seniorenkat., Nordic-Walk	CHF 35.00 / € 35.00
Staffel	CHF 70.00 / € 70.00
Junioren, Juniorinnen	CHF 30.00 / € 30.00
alle Jugend- und Kinderkategorien	CHF 25.00 / € 25.00
Kids-Lauf	CHF 10.00 / € 10.00

50% Rabatt auf Startgeld der Kidsläufe bei Online Anmeldung, 50% wird von Raiffeisen übernommen

## Auszeichnungen/ Preise

### Kids-Lauf

Alle Teilnehmer des Kids-Laufes erhalten eine Erinnerungsmedaille sowie ein Geschenk von unserem Hauptsponsor Raiffeisenbank Werdenberg. Zudem gibt es pro Kategorie für die Ränge 1-6 einen Naturalpreis.

### Jugendlauf

Alle Teilnehmer erhalten einen Erinnerungspreis sowie die Ränge 1-6 einen Naturalpreis. Die besten 6 Läufer der ältesten Jugendkategorie bekommen zudem einen Gratis-Startplatz für den Berglauf im nächsten Jahr.

### Berglauf

Alle Berglauf-Teilnehmer bekommen ein T-Shirt sowie ein Finisher-Geschenk beim Zieleinlauf. An die 6 besten Läuferinnen und Läufer Overall sowie pro Kategorie werden Naturalpreise abgegeben.

Die beiden schnellsten Läufer M + W Ü40 erhalten zudem die Auszeichnung "dr schnellscht Werdeberger" bzw. "di schnellscht Werdebergeri" zusammen mit einem Gutschein, gesponsort von Hildegard Fässler.

### Nordic-Walking

Alle Teilnehmer erhalten ein T-Shirt sowie ein Finisher-Geschenk beim Zieleinlauf.

Bitte Informationen am Lauf beachten. Alle Preise müssen persönlich abgeholt werden.

## Startnummern

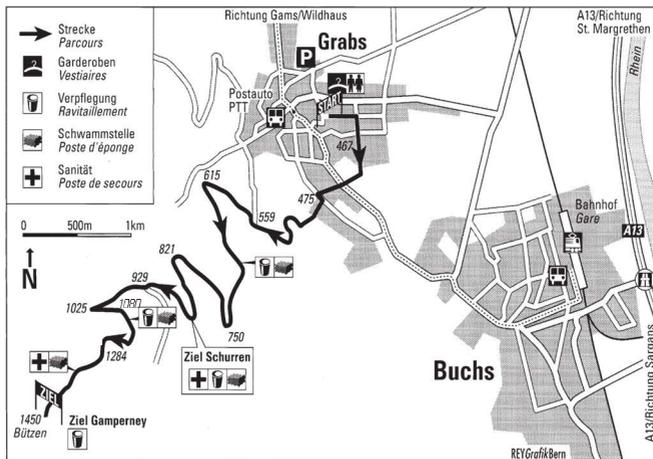
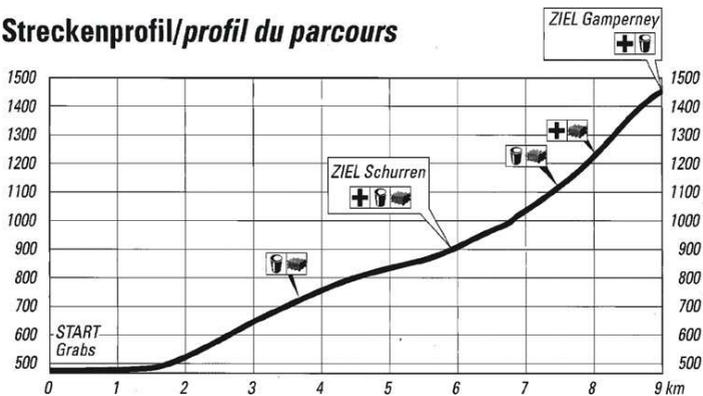
Müssen sichtbar auf der Brust getragen werden.

## Startgelände/Umkleideraum/Duschen

Mehrzweckanlage Unterdorf, Grabs

## Streckenprofil und Streckenverlauf

### Streckenprofil/profil du parcours



### Anreise:

**Auto:** A13: Ausfahrt Buchs, Richtung Grabs, Parkplätze sind signalisiert.

**Zug:** Bahnhof Buchs SG, Postautobetrieb Richtung Grabs, Haltestelle Zentrum  
Abfahrt Bahnhof Buchs 08.00, 09.00, 10.00...

## Kategorien

### Kids-Lauf

**Mikro** (ca. 100m) 2018 und jünger

**Mini** (ca. 400m) 2016–2017

**Midi** (ca. 800m) 2014–2015

**Maxi** (ca. 1200m) 2012–2013

### Jugend-Lauf

männliche / weibliche Jugend

2006–2008

### Ziel Schurren

Knaben / Mädchen A

2009–2011

(5.8 km, 425 m Höhendifferenz)

Knaben / Mädchen B

2012 und jünger

## Berglauf

### Ziel Gamperney

(8.8 km, 1000 m Höhendifferenz)

Bei einer Mindestbeteiligung von 6 Angemeldeten können folgende Kategorien ausgetragen werden:

Junioren / Juniorinnen 2004–2006

M45 / W45 1974–1978

M20 / W20 1999–2003

M50 / W50 1969–1973

M25 / W25 1994–1998

M55 / W55 1964–1968

M30 / W30 1989–1993

M60 / W60 1959–1963

M35 / W35 1984–1988

M65 / W65 1958 und älter

M40 / W40 1979–1983

Bei weniger als 6 TeilnehmerInnen/Kategorie erfolgt ein Zusammenschluss.

## Staffel

Damen, Herren, Mixed

1. Läufer/in bis Schurren (5.8 km / 425 m Höhendifferenz)

2. Läufer/in von Schurren bis Gamperney (3.0 km / 575 Höhenmeter)

## Nordic-Walking

### Ziel Gamperney

Es wird keine Rangliste erstellt. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden alphabetisch mit der gelaufenen Zeit aufgeführt.

## Team-Wettbewerb

Das Reglement ist auf unserer Homepage ersichtlich.

## Versicherung

Ist Sache der Teilnehmer und Teilnehmerinnen. Der Veranstalter haftet nicht für Diebstähle.

## Doping

Der Veranstalter hat das Recht, Dopingkontrollen durchführen zu lassen.

## Kleidertransport

Jeder Läufer kann Trockenwäsche nur im offiziellen Sack transportieren lassen. Den letzten Zeitpunkt für die Abgabe der Säcke ersehen Sie aus dem Veranstaltungsprogramm.

## Rücktransport

Ab Rätikon kann mit einem Bus zu Tal gefahren werden. Der Transport ist gratis. Letzte Talfahrt 13.45 Uhr.

## Zuschauertransport

Personen, die den Lauf als Zuschauer erleben möchten, können zwischen 7.30 und 8.30 Uhr mit dem Bus gratis zum Ziel Schurren fahren. Bitte finden Sie sich frühzeitig bei der Schulanlage Unterdorf ein! Während des Laufes ist die Strecke für Fahrzeuge gesperrt.

## Medizinische Betreuung

Anweisungen der Samariter und der Streckenposten sind strikt zu befolgen.

## Ranglisten

Über unsere Internetseite [www.gamperney-berglauf.ch](http://www.gamperney-berglauf.ch) können die Resultate sofort nach dem Zieleinlauf angesehen werden.

# Programm Samstag, 20. Mai 2023

17.00–19.00 Uhr

Startnummernausgabe, Nachmeldung und Kleiderabgabe

# Sonntag, 21. Mai 2023

ab 7.30 Uhr

Startnummernausgabe, Nachmeldungen, Kleiderabgabe

7.30–8.30 Uhr

Gratis Zuschauertransport bis Ziel Jugend-Lauf (Rätikon)

8.00-8.30 Uhr

Transport Staffelläufer

8.15 Uhr

**Letzte Kleiderabgabe für Transport bis Ziel Jugend-Lauf und Ziel Berglauf**

9.00 Uhr

Start Jugend-Lauf (Jg. 2006 und jünger)

9.15 Uhr

**Letzte Kleiderabgabe für Transport bis Buuragatter km 7.7**

(Effektensäcke müssen hier bis spät. 13.00 Uhr abgeholt werden)

9.30 Uhr

Start Berglauf, Staffel und Nordic-Walking

ab 10.10 Uhr

Eintreffen der ersten LäuferInnen bei der Gamperney-Hütte

12.00 Uhr

Zielschluss bei der Gamperney-Hütte

13.00 Uhr

Rangverkündigung Jugend-Lauf Schulanlage Unterdorf Grabs

ab 13.30 Uhr Kids Lauf

13.30 Uhr Mikro Mädchen / 13.40 Uhr Mikro Knaben (Jg. 2018 u. jün.)

13.50 Uhr Mini Mädchen / 14.00 Uhr Mini Knaben (Jg. 2016 - 2017)

14.10 Uhr Midi Mädchen / 14.20 Uhr Midi Knaben (Jg. 2014 - 2015)

14.30 Uhr Maxi Mädchen und Knaben (Jg. 2012 - 2013)

13.45 Uhr

**Letzter Rücktransport Läufer und Zuschauer ab Rätikon**

14.45 Uhr

Rangverkündigung Berglauf, Staffel und Kids-Lauf Schulanlage

Unterdorf Grabs

**Auskunft/Information  
über Unterkünfte**

Petra Sulser - Spitalstrasse 27b - 9472 Grabs

Mobil: +4179 429 26 80 - Mail: info@gamperney-berglauf.ch

