

Wichtige Infos

Reglement

Alle Details zum Rennformat und den anderen geltenden Regelungen, werden im REGLEMENT zusammengefasst und auf der Homepage www.reschenseelauf.it fortlaufend aktualisiert und veröffentlicht.

Eventuelle Sicherheitsmaßnahmen gegen COVID - 19 können den Ablauf der Veranstaltung jederzeit beeinflussen.

Daher gilt immer das jeweilige Datum der Einsichtnahme in das Reglement. Die Infos hier im Überblick geben Auskunft über wichtige Punkte.

Informazioni utili

Regolamento

Tutti i dettagli sul formato della gara e tutte le disposizioni vigenti verranno continuamente modificati e pubblicati nel REGOLAMENTO sul sito www.girolagodiresia.it.

Eventuali misure di sicurezza vigenti contro il COVID - 19 possono condizionare in ogni momento l'effettivo svolgimento della manifestazione.

Quindi si applica sempre la rispettiva data di visione del regolamento. Le informazioni qui contenute forniscono informazioni sui punti importanti.

Important informations

Regulation

All details about the race format and all current provisions are always up to dated and published in the REGULATION that is published on the website www.reschenseelauf.it.

This event may be influenced at any time by possible preventive measures against the the COVID-19.

The respective date of publication is always valid the regulation. The information here should, however, provide information about the most important points.

Anreise

Bei der Anreise zum Start/Zielgelände in Graun im Vinschgau ist am Samstag, den 16. Juli 2022 mit hohem Verkehrsaufkommen auf der Staatsstraße SS40 zu rechnen.
ACHTUNG: Planen Sie Ihre Anreise deshalb rechtzeitig!

Parkplätze: Direkt neben dem Start/Zielgelände werden auf der Grünzone ausreichend Parkplätze für PKWs zur Verfügung gestellt. Gratis.

Arrivo

Si prevede traffico intenso sulla strada statale SS40 nella giornata di sabato 16 luglio 2022 per raggiungere la zona della partenza/traguardo a Curon Venosta.
ATTENZIONE: Organizzate in tempo il vostro viaggio!

Parcheggi: Disponibilità di parcheggio sufficiente per autovetture nelle immediate vicinanze della partenza/traguardo. Il parcheggio è gratis.

How to get there

On saturday 16th July 2022, when traveling to the start/finish area in Graun im Vinschgau, high traffic is to be expected on the road SS40.

ATTENTION: Organise your journey!

Parking: Sufficient parking lots will be provided close to the start and finish area. No payment is required.

Kosten Anmeldung

Hauptlauf, Just for Fun, Nordic Walking und Handbiker: 35 € +3,35€ (Gebühren)
16.03.2022 - 13.07.2022 (24.00 Uhr)

Kinder: 10 € +1,60€ (Gebühren)
16.03.2022 - 13.07.2022 (24.00 Uhr)

Nachmeldungen NUR am Freitag, den 15.07.2022 von 15:00 - 19:00 Uhr

Hauptlauf, Just for Fun, Nordic Walking und Handbiker = 50,00 €
Kinder = 10,00€

Costi d'iscrizioni

Corsa principale, Just for Fun, Nordic Walking e Handbiker: 35 €+3,35 € (commissione)
16.03.2022 - 13.07.2022 (ore 24.00)

Bambini: 10 € +1,60€ (commissione)
16.03.2022 - 13.07.2022 (ore 24.00)

L'iscrizione tardiva sul posto è possibile SOLO il venerdì 15.07.2022 dalle ore 15:00 - 19:00

Corsa principale, Just for Fun, Nordic Walking e Handbike = € 50,00
Bambini = €10,00

Registration fee

Main Run, Just for Fun, Nordic Walking, Handbiker: 35 € +3,35 € (costs)
16.03.2022 - 13.07.2022 (12. p.m.)

Kids: 10 € +1,60€ (costs)
16.03.2022 - 13.07.2022 (12 p.m.)

Late registrations are possible ONLY Friday 15.07.2022 15.00 - 19.00 p.m.

Main Run, Just for Fun, Nordic Walking, Handbiker = 50,00 €
Kids = 10,00 €

Startpaket

Jeder Teilnehmer erhält bei der Startnummernausgabe:

- 1 hochwertiges Runner-Shirt oder
- 1 Rucksack

Pacco gara

Ogni partecipante riceverà al ritiro del pettorale:

- 1 runner-shirt di alta qualità o
- 1 zaino

Race packs

Each runner receives at the bib distribution:

- 1 high-quality runner shirt or
- 1 backpack

Startnummernausgabe

Hauptlauf, Just for Fun, Nordic Walking und Handbiker

Freitag, 15.07.22 15.00 - 19.00 Uhr
Samstag, 16.07.22 09.00 - 16.00 Uhr

Kinderlauf

Freitag, 15.07.22 15.00 - 19.00 Uhr
Samstag 16.07.22 09.00 - 12.00 Uhr

Ritiro pettorali

Corsa principale, Just for Fun, Nordic Walking e Handbiker

Venerdì, 15.07.22 ore 15.00 - 19.00
Sabato, 16.07.22 ore 09.00 - 15.00

Corsa bambini

Venerdì, 15.07.22 ore 15.00 - 19.00
Sabato, 16.07.22 ore 09.00 - 12.00

Distribution bib

Mainrun, Just for Fun, Nordic Walking, Handbiker

Friday, 15.07.22 3 p.m. - 7 p.m.
Saturday, 16.07.22 9 a.m. - 3 p.m.

Kids running

Friday, 15.07.22 3 p.m. - 7 p.m.
Saturday, 17.07.22 9 a.m. - 12 a.m.

Ärztliches Zeugnis

Hauptlauf **JA**
Just for Fun **NEIN**
Nordic Walking **NEIN**
Handbiker **NEIN**
Kinder **NEIN**

Certificato medico

Corsa principale **SI**
Just for Fun **NO**
Nordic Walking **NO**
Handbiker **NO**
Bambini **NO**

Medical certificate

Main run **YES**
Just for Fun **NO**
Nordic Walking **NO**
Handbiker **NO**
Kids **NO**

Startzeiten

13:30 Uhr Kinder
16:57 Uhr Handbiker
17:00 Uhr Hauptlauf und Just for Fun
17:20 Uhr Nordic Walking

Partenze

13:30 ore Bambini
16:57 ore Handbiker
17:00 ore Corsa principale e Just for Fun
17:20 ore Nordic Walking

Start

1:30 p.m. Kids
4:57 p.m. Handbiker
5:00 p.m. Main run and Just for Fun
5:20 p.m. Nordic Walking

Startblöcke

Hauptlauf, Just for Fun, Nordic Walking

17:00 Uhr 1. Block - < 1.00 h
17:05 Uhr 2. Block - 1.00 h - 1.10 h
17:10 Uhr 3. Block - 1.10 h - 1.20 h
17:15 Uhr 4. Block - 1.20 h - 1.30 h
17:20 Uhr 5. Block - 1.30 h - 1.40 h
Nordic Walking

Griglie partenze

Corsa principale, Just for Fun, Nordic Walking

ore: 17:00 1. griglia - < 1.00 h
ore: 17:05 2. griglia - 1.00 h - 1.10 h
ore: 17:10 3. griglia - 1.10 h - 1.20 h
ore: 17:15 4. griglia - 1.20 h - 1.30 h
ore: 17:20 5. griglia - 1.30 h - 1.40h
Nordic Walking

Starting blocks

Main Race, Just for Fun, Nordic walking

05:00 p.m. 1. block - < 1.00 hour
05:05 p.m. 2. block - 1.00 - 1.10 hour
05:10 p.m. 3. block - 1.10 - 1.20 hour
05:15 p.m. 4. block - 1.20 - 1.30 hour
05:20 p.m. 5. block - 1.30 - 1.40 hour
Nordic Walking

Verpflegung

Stationen an der Strecke:
km 5 / km 7 / km 11 / km 13 / km 14

Zielverpflegung

Ristori

Numerosi punti lungo tutto il percorso:
km 5 / km 7 / km 11 / km 13 / km 14

Ristoro all'arrivo

Catering Facility

Points along the run course:
km 5 / km 7 / km 11 / km 13 / km 14

Catering facility at the finish



Prämierung

Kinder

Kinder erhalten ein Trikot und eine Medaille. Die ersten 3 platzierten Kinder jeder Kategorie werden unmittelbar nach dem Rennen im Start/Zielgelände prämiert!

Handbiker

Alle Handbiker erhalten Sachpreise direkt nach dem Zieleinlauf.

Nordic Walking

10 Athleten werden vom Veranstalter ausgelost und erhalten Sachpreise direkt nach dem Zieleinlauf.

Hauptlauf

Die 5 schnellsten Damen und Herren werden direkt nach dem Zieleinlauf prämiert. (Flower Zeremonie)

Die ersten 3 Platzierten jeder Kategorie erhalten bei der Siegerehrung im Start-/Zielgelände um **21.00 Uhr** Sachpreise.

Premiazione

Bambini

Ogni partecipante riceve una maglia e una medaglia di ricordo. I primi 3 arrivati di ogni categoria vengono premiati con premi a sorpresa subito dopo la gara nella zona del traguardo/partenza.

Handbiker

Tutti gli handbiker ricevono premi non in contanti subito dopo l'arrivo.

Nordic Walking

10 atleti verranno estratti dall'organizzatore e ricevono premi non in contanti direttamente dopo il traguardo.

Corsa principale

I primi 5 atleti fra donne e uomini vengono premiati direttamente all'arrivo. (Flower ceremony)

I primi 3 di ogni categoria ricevono premi in natura alla premiazione alle **ore 21.00** nella zona di partenza/arrivo.

Prize giving

Kids

Every participant receives a shirt e a medal. The first 3 of every category will additionally be rewarded in the start/finish area.

Handbiker

All the handbikers get fantastic noncash prizes directly after the race.

Nordic Walking

10 athletes will be drawn by the organizer and get the noncash prizes immediately after crossing the finish line.

Main run

The first 5 athletes' women and men of every category get an award directly after the race. (Flower ceremony).

The first 3 of every category receive non-cash prizes at the award ceremony in the start/finish area at **9 p.m.**



Expo/Markt

Freitag, 15.07.22 14.00 - 19.00 Uhr
Samstag, 16.07.22 09.00 - 19.00 Uhr

Expo/mercato

Venerdì, 15.07.22 ore 14.00 - 19.00
Sabato, 16.07.22 ore 09.00 - 19.00

Expo/market

Friday, 15.07.22 2 p.m. - 7 p.m.
Saturday, 16.07.22 9 a.m. - 7 p.m.



Camper - Zelte

Im Zielgelände können Athleten mit Camper und Zelte anreisen. Keine Reservierung notwendig.

Kosten für Camper/Zelte:
15,00 € inkl. WC.

Camper - Tende

Nell 'area del traguardo si può posteggiare con il camper o la tenda. Non è necessaria la prenotazione.

Costo Camper/tenda:
15,00 € incluso i servizi sanitari.

Camper - Tent

There is a reserved zone for athletes who arrive with a camper or a tent. No registration is necessary.

Costs for camper/tent:
15 €. It includes toilet.



Medaille

Der Kauf der Medaille ist **nur online buchbar bis zum 13.07.2022** bei der Anmeldung!

Keine Zeit- und Namensgravur möglich.
Preis der Medaille: € 10,00

Medaglia

L'acquisto della medaglia è possibile **solo online** tramite iscrizioni **fino a venerdì il 13.07.2022.**

Senza incisione del tempo o nome.
Costo della medaglia: 10,00 €

Medal

The purchase of the medal is possible **only online until 13.07.2022** with the official registration!

Without time or name.
Price of the medal: 10,00 €

Rahmenprogramm

Freitag, 15.07.2022

Ab 14.00 Uhr Expo/Markt
Ab 15.00 Uhr RESTAURATION

Samstag, 16.07.2022

Ab 09.00 Uhr Expo/Markt
Ab 09.00 Uhr RESTAURATION

Intrattenimento

Venerdì, 15.07.2022

Dalle ore 14.00 Expo/mercato
Dalle ore 15.00 RISTORAZIONE

Sabato, 16.07.2022

Dalle ore 09.00 Expo/mercato
Dalle ore 09.00 RISTORAZIONE

Entertainment

Friday, 15.07.2022

From 02 p.m. Expo/ market
From 03 p.m. FOODSERVICE

Saturday, 16.07.2022

From 09 a.m. Expo/ market
From 09 a.m. FOODSERVICE

Kleiderdepot/Chip

Kleiderdepot von 16:00 - 21:00 Uhr
Wegwerfchip ist in der Startnummer integriert und braucht nicht zurückgegeben werden. **Es muss keine Kaution und Miete bezahlt werden.**

Deposito borse/chip

Deposito borse dalle ore 16.00 - 21.00.
Il chip monouso è integrato nel pettorale e non deve essere restituito a fine gara. **Non deve essere versato nessun deposito e noleggjo.**

Bag deposit/chip

Bag deposit 4 - 9 p.m.
The timing chip is integrated in the bib number and does not need to be returned. **No deposit or rental fee has to be paid.**

Duschen

Duschen stehen im Zielbereich zur Verfügung

Docce

Docce sono disponibili nella zona d'arrivo

Shower

Showers will be available for all the runners at the finish area

Foto

Um die schönsten Momente ihres Laufes festzuhalten, arbeiten wir mit einem Foto-service zusammen.

Foto

Per catturare i più bei momenti della vostra corsa lavoriamo con un'agenzia fotografica.

Foto

To capture the most beautiful moments of your run, we work together with a photo service.

Diplom

Das Diplom kann von unserer **Homepage** geladen werden oder direkt bei hier durch scannen des **QR-Codes**.



Diploma

Il diploma può essere scaricato dal nostro **sito** o direttamente qui scansionando il **codice QR**.



Ranking Certificate

The certificate can be downloaded from our **homepage** or directly here by scanning the **QR code**.



Änderungen und Druckfehler vorbehalten. [Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage www.reschenseelauf.it](http://www.reschenseelauf.it)

Salvo modifiche ed errori tipografici. [Ulteriori informazioni trovate sul sito www.girolagodiresia.it](http://www.girolagodiresia.it)

Reserved changes and stamp error. [For more informations check out our webpage www.reschenseelauf.it](http://www.reschenseelauf.it)