mainova
FRANKFURT
MARATHON
40
since 1981
29 | 10 | 23
#runtheskyline
TEILNEHMERINFOS
MARARTHON

ALLGEMEINE INFORMATIONEN

Liebe*r Marathonläufer*in,
im Folgenden findest Du wichtige Hinweise zum Ablauf des diesjährigen Mainova Frankfurt Marathon. Bitte nimm Dir ausreichend Zeit, diese Informationen sorgfältig zu lesen.

WETTKAMPFREGELN

Beim Mainova Frankfurt Marathon gelten die **Internationalen Wettkampfregeln** (IWR) von World Athletics bzw. des Deutschen Leichtathletik-Verbands.

MARATHONZENTRUM MESSE FRANKFURT ALS DREH- UND ANGELPUNKT

Ludwig-Erhard-Anlage 1
60327 Frankfurt
Die Eingänge und Hallen sind durch ein Wegesystem verbunden.

ANFAHRT

Bitte reist, wenn möglich mit den öffentlichen Verkehrsmitteln an, da es in der Stadt am Marathonwochenende zu einem erhöhten Verkehrsaufkommen kommen kann.
Dein Startpass/Startnummer dient am Veranstaltungstag als RMV-Ticket.

Öffentliche Verkehrsmittel (RMV):
Haltestellen in unmittelbarer Nähe
- S-Bahnhof „Messe“ (S3, S4, S5, S6)
- U-Bahnhof „Festhalle/Messe“ (U4)
- Bushaltestelle „Festhalle/Messe“ (Linie 50)
- Straßenbahn „Festhalle/Messe“ (Linie 16, 17)

Mit dem PKW: **➔ Anfahrtsplan**

Parken:
- 27. & 28. Oktober: alle Parkhäuser im Umkreis der Messe (Rebstockparkhaus Fr+Sa geschlossen)
- 27. & 28. Oktober: Parkhaus Skyline Plaza, Einfahrt Brüsseler Straße, 1. Stunde kostenfrei
- 29. Oktober: Zum Messeparkhaus Rebstock, 60486 Frankfurt am Main, mit Shuttleverkehr zum Messegelände
- Fahrzeuge höher als 2m: Rebstockgelände, Block D (ohne Infrastruktur)

WICHTIGE INFOS

- Erreichbarkeit am Veranstaltungswochenende: per E-Mail an mail@frankfurt-marathon.com
- Informationen zu Straßensperrungen und Umleitungen am 27. & 28. Oktober unter: 069 757541700
- Sanitätsdienst vor Ort: +49 (0)69 71919192 oder wie gewohnt die Notrufnummer 112
- Notfallkontakte: Zur schnellstmöglichen Hilfestellung solltest Du in Deinem Anmeldeprofil und auf der Rückseite deiner Startnummer einen Notfallkontakt mit Telefonnummer angeben. Nur diese Person bekommt im Notfall Auskunft.
- Notruf 112
- Fundsachen: können am Infopoint in Halle 1, Ebene 2 abgegeben und abgeholt werden. Nach Veranstaltungsende erhältst Du ab dem 31.10.2023 Auskünfte zu Fundsachen unter +49(0)69 3700468-0 oder mail@frankfurt-marathon.com

Hinweis:
Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird bei Personenbezeichnungen und personenbezogenen Hauptwörtern in diesem Dokument das generische Maskulinum verwendet. Entsprechende Begriffe gelten im Sinne der Gleichbehandlung grundsätzlich für weibliche und andere Geschlechteridentitäten, soweit dies für die Aussage erforderlich ist.

FRANKFURT-MARATHON.COM

mainova · HOKA · SPORTSTADT FRANKFURT AM MAIN · messe frankfurt · Rosbacher · Krombacher 0,0% · MÖVENPICK HOTEL FRANKFURT CITY · MAURTEN · Trattoria da Valla · book-n-drive Carsharing
RMV RHEIN-MAIN-VERKEHRSVERBUND · ANA Inspiration of JAPAN · SKYLINE PLAZA SHOPPING · MBE MAIL BOXES ETC. #PeoplePossible · Frankfurter LaufShop · Querbeet · interair SportReisen · Deutsches Rotes Kreuz · SPORTLAND HESSEN sport.hessen.de · ASB Arbeiter-Samariter-Bund · hr fernsehen · hr1 · Frankfurter Rundschau

27.-29.10.2023
RAHMENPROGRAMM

WAS ERWARTET DICH AM MARATHONWOCHENENDE?

MARATHONMALL / EXPO INFORMATIONS- UND VERKAUFSMESSE

Freitag, 27. Oktober 2023 I 12:00 - 19:00 Uhr
Samstag, 28. Oktober 2023 I 10:00 - 19:00 Uhr
Sonntag, 29. Oktober 2023 I 07:00 - 17:00 Uhr
Messe Frankfurt, Halle 1, Ebene 2

BREZELLAUF POWERED BY INTERAIR (ca. 7km)

Kostenloser Frühstückslauf durch Frankfurt mit Erinnerungsmedaillen, Getränken und original Frankfurter Brezeln (solange der Vorrat reicht)

Samstag, 28. Oktober 2023 I 10:00 Uhr
Start: am Forum, Messe Frankfurt
Ziel: Messe Frankfurt, Vorplatz Maritim Hotel

FATTORIA LA VIALLA – TOSCANA PASTA PARTY

(Gutscheine für Begleitpersonen können vor Ort erworben werden)

Samstag, 28. Oktober 2023 I 13:30 - 19:00 Uhr
Festhalle, Messe Frankfurt

ÖKUMENISCHER GOTTESDIENST

Samstag, 28. Oktober 2023 I 18:00 Uhr
Festhalle – Blauer Saal, Messe Frankfurt

STRUWWELPETERLAUF (420m) FÜR KINDER DER JAHRGÄNGE 2014 BIS 2018

Samstag, 28. Oktober 2023 I ab 11:30 Uhr
Start: am Forum, Messe Frankfurt
Ziel: Original Marathon-Zieleinlauf in der Festhalle

MINI-MARATHON (4,2 km) FÜR SCHÜLER UND JUGENDLICHE DER JAHRGÄNGE 2006 BIS 2015

Sonntag, 29. Oktober 2023 I 10:55 Uhr
Start: Friedrich-Ebert-Anlage
Ziel: Original Marathon-Zieleinlauf in der Festhalle

29.10.2023
MARATHON UND STAFFELMARATHON

MAINOVA FRANKFURT MARATHON (42,195 km)
Sonntag, 29. Oktober 2023
Start: Friedrich-Ebert-Anlage
Ziel: Festhalle, Messe Frankfurt

STAFFELMARATHON (12,9 km; 6,1 km; 9,5 km; 13,5 km)
Sonntag, 29. Oktober 2023 I 10:35 Uhr
Start: Friedrich-Ebert-Anlage
Ziel: Festhalle, Messe Frankfurt

STARTUNTERLAGEN & STARTERBEUTELAUSGABE

Freitag, 27. Oktober 2023 I 12:00 - 19:00 Uhr
Samstag, 28. Oktober 2023 I 10:00 - 19:00 Uhr
Sonntag, 29. Oktober 2023 I 07:00 - 09:30 Uhr
Messe Frankfurt, Halle 1, Ebene 2 **(→ Hallenplan)**

WICHTIG

- **bitte mitbringen:** deinen Startpass oder die Startnummer + Personalausweis
- **bei Abholung der Startnummer durch andere:** Startpass oder Einverständniserklärung mit zusätzlicher Ausweiskopie des Teilnehmers
- **für Mainova-Kunden:** Abholung der Startunterlagen direkt am Mainova-Stand auf der Marathonmall
- **der Starterbeutel** dient auch als Kleiderbeutel für die Kleiderabgabe am Sonntag

DU BEKOMMST...

- Deine persönliche Startnummer mit Sicherheitsnadeln zur Befestigung
- Deinen Miet-ChampionChip zur Zeitmessung, falls bei der Anmeldung dazugebucht
- Deinen Starterbeutel mit Infos und Samplings unserer Sponsoren
- **hier geht's zu deinem Gutscheinheft →**

Alle anderen gebuchten Zusatzleistungen können bis Sonntag, den 29. Oktober 2023 10:00 Uhr auf der Marathonmall abgeholt werden! Entsprechende Gutschein-Abrisse findest Du an Deiner Startnummer.

DIE STARTNUMMER...

- berechtigt zur Teilnahme am Mainova Frankfurt Marathon 2023
- ist nicht übertragbar und muss gut sichtbar auf der Brust getragen werden
- darf nicht verändert werden, insbesondere die Schriftzüge nicht
- keine Startnummer = keine Wertung
- gilt am Renntag als Ticket für das RMV-Gebiet

29.10.2023
VOR DEM START

DIE KLEIDERBEUTELABGABE (→ Hallenplan)

- kann vor dem Start ab 8:00 Uhr in Halle 1, Ebene 1 erfolgen. Klebe hierfür den Aufkleber mit deiner Startnummer in das markierte Feld auf dem Kleiderbeutel
- nimmt nur Starterbeutel des Mainova Frankfurt Marathon 2023 an,
- andere Gepäckstücke können gegen 4€ Gebühr an der Garderobe in Halle 1, Ebene 1, abgegeben werden
- schließt nach dem Rennen um 17:00 Uhr
- Außerhalb der Halle 1.1 wird es keine Möglichkeit zur Abgabe geben

DIE ZEITMESSUNG

- erfolgt ausschließlich per ChampionChip, Auskünfte gibt unser Zeitdienstleister **mika:timing GmbH** // mika:timing GmbH: 02202 2401113 championchip@mikatiming.de // www.mikatiming.de
- **beachte:** befestige den Chip in der Schnürung deiner Laufschuhe, um sicher zu gehen, dass du mit dem Chip die Kontrollmatten an Start & Ziel überläufst (ansonsten folgt eine Disqualifikation)

- trage für die Videokontrollen deine **Startnummer dauerhaft gut sichtbar auf der Brust**
- Du hast **keinen ChampionChip:** dieser kann gegen eine Mietgebühr von 12€ (inkl. 5€ Pfand) online oder vor Ort dazugebucht werden
- Du **hast einen Chip:** gebe den Chip-Code bei der Anmeldung an, bringe ihn zur Veranstaltung mit und lasse ihn bei der Startunterlagenabholung final kontrollieren
- Du hast deinen **Chip vergessen:** Du hast vor Ort die Möglichkeit einen Chip zu leihen, wende dich hierfür zunächst an den **Help-Desk**
- **Chiprückgabe:** Sonntag, den 29. Oktober 2023 von 12-17 Uhr (Mini-Marathon 11-15 Uhr) in Halle 1, Ebene 2 im Bereich der Startunterlagenausgabe
- das **Chippfand** kannst du auch dem Projekt „ASB Wünschewagen: Letzte Wünsche wagen – gemeinsam Erinnerungen gewinnen“ **spenden**

EIGENVERPFLEGUNG

- kann im Druchgang zur Halle 1, Ebene 2, am Infopoint abgegeben werden
- für ambitionierte Läufer: Männer unter 2:45:00; Frauen unter 3:00:00 (Startpass als Nachweis mitbringen)
- für Teilnehmer, die aus medizinischen Gründen eine besondere Verpflegung benötigen (ärztliche Bescheinigung notwendig)

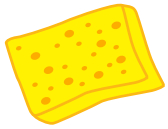
ZUG- UND BREMSLÄUFER

- professionelle Begleitung über die gesamte Marathondistanz von erfahrenen Läufern mit den folgenden Zielzeiten: 2:59, 3:14, 3:29, 3:44, 3:59, 4:14, 4:29, 4:44, 4:59 und 5:29 Stunden
- sie sind durch Fahnen mit den entsprechenden Zielzeiten gekennzeichnet

29.10.2023
DER START (→ Plan Start- und Zielgelände)

DAS MUSST DU DABEIHABEN:

- deine persönliche Startnummer -> auf der Brust gut sichtbar angebracht
- ChampionChip -> fest am Schuh befestigt
- evtl. Schwamm -> im Starterbeutel enthalten. An den Verpflegungsstellen stehen Wannen mit Wasser zum Eintauchen der Schwämme bereit.



STARTAUFSTELLUNG

Friedrich-Ebert-Anlage in Richtung Innenstadt
Startwelle 1: 10:00 Uhr, Startwelle 2: 10:10 Uhr

- Einlass des Startbereichs erfolgt nur mit einer offiziellen Startnummer
- die Zuteilung in die Startblöcke 1-6 erfolgt aufgrund deiner angegebenen Zielzeit, der Startblock ist durch das entsprechende Logo auf deiner Startnummer erkenntlich
- wichtig: ordne dich bitte entsprechend deinem Leistungsniveau innerhalb der Startblöcke ein
- durch die Wertung der Netto-Zeit mittels der Zeitmessmatten entsteht hier für niemanden einen Nachteil

ERSTE WELLE: START UM 10:00 UHR	
1. Block „HOKA“	Läufer mit Zielzeit bis 3:00 Stunden
2. Block „Messe Frankfurt“	Läufer mit Zielzeit ab 3:00 Stunden bis 3:15 Stunden
3. Block „Stadt Frankfurt“	Läufer mit Zielzeit ab 3:15 Stunden bis 3:30 Stunden

ZWEITE WELLE: START UM 10:10 UHR	
4. Block „Mainova“	Läufer mit Zielzeit ab 3:30 Stunden bis 3:45 Stunden
5. Block „Rosbacher“	Läufer mit Zielzeiten ab 3:45 Stunden bis 4:00 Stunden
6. Block „Krombacher“	Läufer mit Zielzeiten ab 4:00 Stunden und alle Teilnehmer, die keine Zielzeit angegeben haben.

! Komme so früh wie möglich zum Start. Unnötige Hektik und Nervosität behindern Dich nur in der Erbringung Deiner persönlichen Leistung. !

29.10.2023
AUF DER STRECKE

→ Streckenplan

NICHT GESTATTET:

- Startnummernband, Fahrrad- oder andere Begleitung auf der Strecke
- Kopfhörer sind bei Teilnahme an Meisterschaften verboten, für Breitensportler aber erlaubt
- Babyjogger müssen im letzten Startblock starten

STRECKENVERSORGUNG

- die Verpflegungsstellen befinden sich auf der rechten oder linken Seite, bei km 5 und 10 sind sie beidseitig
- medizinische Versorgung: an den Verpflegungsstellen stehen Hilfskräfte bereit
- Toiletten: km 5, 10 und danach alle 2,5 km

ALLE 5KM IN DIESER REIHENFOLGE:

Zeitangabe, medizinische Versorgung, Eigenverpflegung, Rosbacher Mineralwasser Naturell, isotonische Getränke von Rosbacher, Tee, Wannen zum Eintauchen der Schwämme, Abfallbehälter

KM 12,5 / 17,5 / 22,5 / 27,5 / 32,5 / 37,5

Erfrischungsstellen mit Rosbacher Mineralwasser und Wannen zum Eintauchen der Schwämme

AB KM 15 BIS ZUM ZIEL

zusätzliches Angebot von Bio-Bananen von Querbeet

KM 15 UND KM 30

zusätzliches Angebot von Gel 100 ohne Koffein von Maurten

KM 30, 35, 40

bizzl Cola

KM 32,5

Krombacher 0,0%

29.10.2023
ZIEL

→ Plan Start- und Zielgelände

ALLGEMEINE INFORMATIONEN

- das Ziel ist in der Festhalle, auf dem Gelände der Messe Frankfurt
- Eintritt für Zuschauer frei
- verlasse den Zielbereich bitte zügig, um Staus zu vermeiden
- Zielschluss: 16:45 Uhr

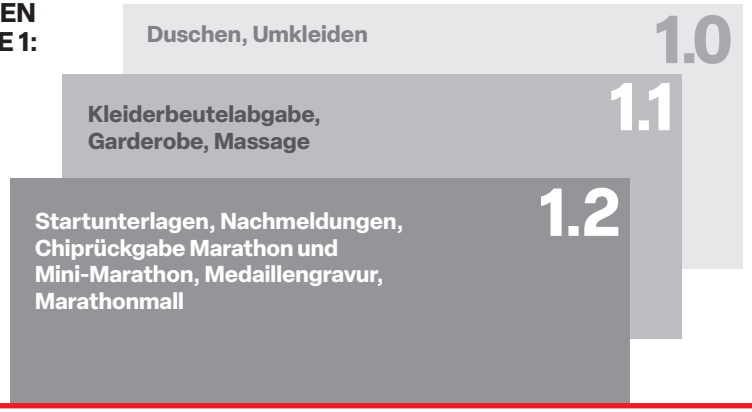
DAS BEKOMMST DU:

- deine Medaille
- einen Poncho
- Zielverpflegung → Übersichtsplan Zielverpflegung

KLEIDERBEUTELABHOLUNG, DUSCHEN, MASSAGE

- Abholung des Kleiderbeutels: bis 17:00 Uhr in Halle 1, Ebene 1 gegen Vorlage deiner Startnummer
- Umkleiden und Duschen: Halle 1, Ebene 0
- Massageservice: von 12-17 Uhr in Halle 1, Ebene 1 (Nutzung nur unter der Voraussetzung, dass Du frisch geduscht bist)

EBENEN HALLE 1:



29.10.2023
NACH DEM LAUF

DEIN ERGEBNIS UND DEINE URKUNDE

findest Du nach deinem Zieleinlauf online auf
www.frankfurt-marathon.com unter Informationen **-> Ergebnisse**

EHRUNG DER AK-SIEGER

- die drei Erstplatzierten jeder Altersklasse (IWR-Regelung): Versand eines Freistarts und eines inkl. Teilnehmershirt von HOKA für den Mainova Frankfurt Marathon 2024, Versand per Mail voraussichtlich Ende Januar 2024
- es findet keine Ehrung der Altersklassen am Veranstaltungstag statt

MEDAILLENGRAVUR

- Gravur von Namen und Nettozeit zum Preis von 10€, von 12-17 Uhr in Halle 1, Ebene 2 im Bereich der Startunterlagenausgabe (sofern nicht online gebucht, nur bar vor Ort bezahlbar) **➔ Hallenplan**

TREFFPUNKTE

- Du kannst Deine Freunde und Familienmitglieder, die keinen Zugang zu den abgesperrten Bereichen haben, an den folgenden zwei Treffpunkten treffen: Halle 1, Ebene 2, oder „P1“ (Bereich auf dem Messegelände zwischen Festhalle und Halle 1) **➔ Plan Start- und Zielgelände**

SONSTIGES

- **ASB CHARITY-PROJEKT „WÜNSCHEWAGEN“**

Der Wünschewagen
Letzte Wünsche wagen

Mit dem Projekt „Wünschewagen – letzte Wünsche wagen“ unterstützt der ASB schwerstkranke Menschen. Die Fahrt des Wünschewagens führt den Fahrgast und eine Begleitperson zu seinem Sehnsuchtsort – gemeinsame schöne Erinnerungen inklusive. **-> So kannst Du spenden**

- **FRANKFURT MARATHON CLUB**

Frankfurt Marathon CLUB [2023]

für alle Läufer, die mindestens zehn Mal beim Mainova Frankfurt Marathon das Ziel erreicht haben. Diese erhalten
» eine persönliche „ewige“ Startnummer
» ein hochwertiges Poloshirt mit eingestickter Startnummer

Aufnahme: Einsendung der Urkunden (Kopien ausreichend), bevorzugt per E-Mail, zur Bestätigung der zehnmaligen Teilnahme

Treffpunkt: Marathonmall zur Ausgabe des Polo-Shirt und der Startnummer für Mitglieder

SONSTIGES

- **App**
  Möglichkeit für Freunde und Familie, dein Rennen live zu verfolgen, alle Infos dazu findest Du unter:
  www.frankfurt-marathon.com/faq unter „App“

- **Live im TV**
  Das hr-Fernsehen überträgt den Mainova Frankfurt Marathon am Veranstaltungssonntag live sowie online auf hessenschau.de, ein internationaler Livestream steht auf unserer Website zur Verfügung **-> Livestream**

- **T-Shirt Druck**
  erfolgt in Halle 1, Ebene 2 und ist online oder vor Ort mit 2€ Aufpreis buchbar

- **T-Shirt- und Longsleeve-Abholung** erfolgt in Halle 1, Ebene 2 und ist online buchbar

- **Wishlet-Abholung**
  erfolgt in Halle 1, Ebene 2 beim Stand des ASB

- **Medaillen-Gravur**
  befindet sich in der Startunterlagenausgabe in Halle 1, Ebene 2

- **Anmeldung 2024: ab 29.10.2023, 12 Uhr**

- **DLV-Volkslauf-Stempel**: erhältst Du am Infopoint

- **Rücktritt aus gesundheitlichen Gründen**:
  bis 01. November 2023 möglich

TIPPS ZUR MÜLLVERMEIDUNG

1.	Nutze die Startnummer als kostenfreies RMV-Ticket zur An- und Abreise am Renntag.
2.	Wärme Dich vor dem Start mit aussortierter Kleidung, statt mit einer Plastikfolie und wirf Deine Kleidung in die vorgesehenen Altkleiderboxen.
3.	Verwende Deinen Starterbeutel über den Renntag hinaus, er eignet sich perfekt als Schuh- oder Kleidersack aber auch zum Einkaufen oder Pfandflaschen wegbringen.
4.	Werfe den anfallenden Müll in die dafür vorgesehenen Behälter.
5.	Vermeide den Ausdruck aller möglichen Teilnehmerinformationen und Deines Startpasses und bringe es nach Möglichkeit nur in digitaler Form mit.
6.	Bring Dein eigenes Besteck und Geschirr mit zur Fattoria La Vialla – Toscana Pasta Party.
7.	Für Einkäufe auf der Marathonmall nehme Deinen eigenen Einkaufsbeutel mit.
8.	Schalte das Wasser während des Einseifens beim Duschen aus.

Abfälle der Teilnehmer auf dem Messegelände werden zentral gesammelt und in einem spezialisierten Entsorgungsbetrieb fachgerecht recycelt.