

MAINOVA FRANKFURT MARATHON

30 OCTOBRE 2022



INFORMATIONS IMPORTANTES POUR MARATHONIENS

Chère marathonnienne, cher marathonien*,

nous sommes heureux de te voir au départ. Pour que tu sois bien informé avant la course et pour assurer le bon déroulement de l'événement, nous te prions de bien vouloir lire attentivement les informations ci-dessous.

INFORMATIONS CONCERNANT L'ÉVÉNEMENT

Le Mainova Marathon de Francfort est le marathon des courtes distances ! Le point central du marathon se trouve sur le site de la foire de Francfort. Tu y trouves le départ et l'arrivée, la distribution des dossards et la mise en consigne des sacs de coureurs, les douches, les vestiaires, la remise des prix et la Fattoria La Vialla – Toscana Pasta Party ainsi que l'exposition et la vente d'articles sportifs. L'hôtel officiel du marathon 'Mövenpick Hotel Frankfurt City' se trouve à 50m du site.

Distribution des numéros de dossard

Vendredi, le 28 octobre 2022	12-19 heures
Samedi, le 29 octobre 2022	10-19 heures
Dimanche, le 30 octobre 2022	7-9:30 heures

Foire de Francfort Salle 1 Niveau 2

Exposition

Vendredi, le 28 octobre 2022	12-19 heures
Samedi, le 29 octobre 2022	10-19 heures
Dimanche, le 30 octobre 2022	7-17 heures

Foire de Francfort Salle 1 Niveau 2

Notre merchandising stand se trouve près du stand HOKA.

Mainova Frankfurt Marathon (42,195km)

Dimanche, le 30 octobre

Le départ se fait en deux vagues:

Première vague	10 heures
Deuxième vague	10:10 heures

Départ Friedrich-Ebert Anlage // Arrivée Halle Foire Francfort

Équipes/ Relais (12,9 km; 6,1 km; 9,5 km; 13,5 km)

Dimanche, le 30 octobre 10.35 heures

Départ Friedrich-Ebert Anlage // Arrivée Halle Foire Francfort

Brezellauf présenté par interAir (5 km)

Samedi, le 29 octobre 10 heures

Départ et Arrivée Foire de Francfort entrée City.

Course libre à Francfort avec une médaille, des Brezel de Francfort et des boissons.

Fattoria La Vialla – Toscana Pasta Party

Samedi, le 29 octobre 13.30-19 heures

Programme d'animation à partir de 14-17 heures

Salle des fêtes Foire de Francfort 'Mainova'

Avec les bons sur ton dossard, tu reçois des nouilles avec des sauces différentes ainsi des boissons de Rosbacher et Clausthaler. Pour les personnes accompagnantes il y a la possibilité d'acheter des bons pour des nouilles avec ou sans boissons (10€ ou 8€).

Mini-Marathon (4,2 km)

Dimanche 30 octobre 10:55 heures

Départ Friedrich-Ebert Anlage // Arrivée Halle Foire Francfort

Pour jeunes et étudiants des années 2005-2014

„Struwelpeter-Lauf“ (420 m)

Samedi, le 29 octobre à partir de 11.30 heures

Départ au Forum, Foire de Francfort // Arrivée: Halle Foire Francfort

Pour enfants des années 2013-2017

Prière oecuménique

Samedi, le 29 octobre à 18 heures

Salle des fêtes, Foire de Francfort, Salle bleue

Règlement

Pour le Mainova Marathon de Francfort les [Règlements Internationales de Compétition de l'IWF](#) respectivement de la Fédération Allemande de l'Athlétisme auront cours.

INFORMATIONS POUR COUREURS

Organisation de la manifestation en tenant compte de l'évolution actuelle de l'infection (Sras-CoV-2)

La loi fédérale sur la protection contre les infections, qui entrera en vigueur le 1er octobre 2022, autorise les Länder à prendre des mesures individuelles pour endiguer la pandémie de Sras-Cov-2 en fonction de l'évolution de l'infection. Actuellement, notre manifestation n'est soumise à aucune restriction d'accès telle que la 2G ou la 3G, à aucune limitation de capacité et à aucune obligation de porter un couvre-nez. **L'accent est mis sur la responsabilité individuelle.** En outre, Messe Frankfurt a adapté son fonctionnement à la situation actuelle. Ainsi, les installations de ventilation sont exploitées avec un pourcentage d'air frais aussi élevé que possible, tout en respectant les directives énergétiques. Des intervalles de nettoyage adaptés et des distributeurs de désinfectants apportent une sécurité supplémentaire.

Sauveurs du marathon

En raison de la pandémie de Covid-19, nous avons dû nous résoudre à annuler notre événement phare de l'année - mais aussi celui de nombreux coureurs* - le Mainova Frankfurt Marathon en 2020 et 2021. En tant qu'organisation d'événements axés sur la course à pied, cette décision nous a également confrontés à de grands défis économiques.

Nous sommes fiers et heureux de savoir que derrière le Mainova Frankfurt Marathon se trouve une communauté forte, qui nous soutient également dans cette période difficile pour tous.

Nous sommes submergés par la solidarité qui nous est témoignée. Déjà en 2020, près de 1000 personnes ont décidé de devenir des sauveteurs du marathon. En 2021, près de 600 sauveteurs marathoniens viendront s'y ajouter. Cela nous laisse sans voix et nous permet d'envisager les années à venir avec confiance.

Nous disons MERCI à tous les sauveteurs du marathon !!!

Et nous nous réjouissons de vous voir le 30 octobre 2022 avec votre dossard doré au Mainova Frankfurt Marathon 2022. Tu trouveras le Marathon-Retter Wall sur notre site Internet et dans le Marathonmall le week-end de l'événement.

Marathonzentrum Messe Frankfurt

Ludwig-Erhard-Anlage 1, 60327 Frankfurt

Eingang City (U-Bahn und Bus),

Eingang Torhaus (S-Bahn),

Eingang Südseite Festhalle in der Brüsseler Straße

Die Eingänge und Hallen sind durch das Wegesystem „Via Mobile“ verbunden.

Possibilité de voyage

Pour se rendre à la Foire de Francfort, il faut prendre le transport public.

Métro: ligne 4, Station Festhalle/Messe Bus: ligne 50, Station Festhalle/Messe

Tram: lignes 3, 4, 5, 6, Station Messe

En voiture: Le 28 et 29 octobre les parkings des alentours peuvent être utilisés.

Attention: Parking Rebstock sera fermé vendredi et samedi. Le 30 octobre toutes les rues au tour de la foire sont fermées. Pour venir tu prends la sortie „Rebstock/ADAC“ et tu suis les panneaux „Messe Parkhaus“ (adresse pour le navi: Zum Messeparkhaus Rebstock, 60486 Frankfurt). Il y a des places payantes (16€). Nous offrons un Shuttleservice gratuit jusqu'à la foire. Les voitures dépassant les 2m ou caravanes ont la possibilité de se garer au bloc D du Rebstock. Tu dois payer 12€ par jour. [Voir plan d'itinéraire](#)

Distribution des numéros de dossard

Retrait de dossard seulement contre présentation de ton passeport de course ou indication du numéro de dossard et présentation de la carte d'identité. Tu peux charger une autre personne du retrait du dossard pour toi. Pour cela la personne a besoin ou bien de ta confirmation d'inscription ou d'un accord écrit accompagnée d'une copie de ta carte d'identité. À partir de cette année, la zone de distribution des dossards sera une zone que pour les athlètes. [Elle se trouve vis à vis du hal 1.2.](#) Tu y reçois le sac avec des présents de nos sponsors, ainsi que tu peux l'utiliser comme sac pour des affaires le jour du Marathon.

Tous les sauveteurs participant au marathon recevront un dossard doré en guise de REMERCIEMENT pour leur soutien et leur fidélité. Ces dossards seront remis à tous les sauveteurs du marathon à un guichet de distribution séparé dans la zone de remise des dossards.

Les clients de notre partenaire en titre auront la possibilité exclusive de retirer leurs documents de départ au stand Mainova dans le Marathonmall.

* Pour des raisons de lisibilité, le masculin générique est utilisé pour les désignations de personnes et les mots principaux se rapportant à des personnes dans ce document. Par souci d'égalité de traitement, les termes correspondants s'appliquent en principe aux identités de genre féminines et autres, dans la mesure où cela est nécessaire pour le message.

Comme alternative à la remise officielle des documents de départ, le premier fournisseur d'énergie de Hesse crée ainsi des capacités supplémentaires afin que tous les participants aient plus d'énergie pour les choses importantes. Plus d'informations sur :

www.mainova.de/mainplus

Le distributeur de sacs de starter se trouve de l'autre côté du hall 1.2. C'est là que tu recevras ton sac de starter avec les cadeaux de nos sponsors et partenaires. Le sac de starter te sert en outre de sac à vêtements pour la remise de ton sac à vêtements le dimanche.

Numéro de dossard

Seuls les coureurs équipés d'un dossard du Mainova Marathon de Francfort 2022 sont autorisés à prendre le départ. Les numéros de dossards sont personnels et non transférables. Les dossards doivent être portés bien visiblement sur la poitrine. Pour cette raison, les ceintures de fixation ne sont pas autorisées. Ils ne peuvent en aucun cas être modifiés; en particulier, la typographie du numéro ne doit en aucun cas être changée, cachée ou pliée! Tout changement entraînera la disqualification systématique du coureur. Sans dossard pas de classement.

Mise en consigne des sacs

Le jour du marathon, tu peux déposer ton sac de vêtements avant le départ. A partir de 8 heures les sacs peuvent être déposés dans le Salle 1 Niveau 1, Foire de Francfort. Colle l'autocollant sur ton sac dans la case marquée. Seul les sacs du Mainova Marathon de Francfort peuvent être déposés. Merci de ne pas déposer de grands sacs. Pour des bagages nous t'offrons une garde-robe payante (4€). Tu peux retirer ton sac jusqu'à 17:00 après la course.

Ravitaillement personnel

Le ravitaillement personnel peut être déposé auprès du point info le 26 octobre de 14:00-19:00 heures et le 27 octobre de 7:00-8:00 heures (pas de bouteilles en verre! Marque le dossard et le kilomètre ou ton ravi sera déposé). A cause de raisons d'organisation nous pouvons seulement offrir ce service aux participants ambitieux (aux hommes courant au-dessous de 2:45:00, aux femmes courant au-dessous de 3:00:00 et aux participants qui, pour des raisons médicales, ont besoin d'un régime spécial). [Ravitaillement personnel](#)

Éponge

Tu recevras une éponge dans ton sac, n'oublies pas de l'emporter au départ.

Les toilettes

Des toilettes seront à ta disposition au départ et à l'arrivée. Tu peux également utiliser les toilettes dans la foire de Francfort. Voir plan Départ et Arrivée.

Meneurs de temps

Nous te proposons un accompagnement professionnel avec des meneurs de temps expérimentés sur toute la distance du marathon, qui donneront la cadence pour des temps de parcours à atteindre de 2:59, 3:14, 3:29, 3:44, 3:59, 4:14, 4:29, 4:44, 4:59 et 5:29. Ces coureurs seront visibles grâce à des vestes et des ballons avec leur objectif indiqué.

Chronométrage

Le chronométrage du Mainova Marathon de Francfort sera effectué avec le système Championchip.

Pour des informations sur le Championchip: mika:timing GmbH (www.mikatiming.de), Telefon: 02202 2401113, E-Mail: championchip@mikatiming.de.

Tous les inscrits porteront cette puce électronique qui sera initialisée automatiquement sur la ligne de départ et servira de contrôle de la régularité de la course à divers points du parcours. Le chip doit être minutieusement fixé à l'aide de vos lacets sur votre chaussure. Le non franchissement des points de contrôle entraînera la disqualification du coureur. Par ailleurs, des contrôles vidéo seront effectués. Porte bien visiblement ton dossard pendant toute la durée de la course.

Si tu possèdes déjà un Championchip tu peux bien sûr l'utiliser. Apporte-le pour l'événement. Si tu mentionnes d'avoir besoin d'un Championchip lors de ton inscription, celui-ci sera inclus dans tes documents de départ. Tu peux venir chercher tes documents de départ auprès de la distribution de dossards en présentant le passeport de la course. Retourne ton Championchip après la course le 30 octobre entre 12-17 heures dans le Salle 1 Niveau 2. Veilles noter que les puces loués ne peuvent être ajoutés au numéro de départ que de 12h00 à 17h00 le jour de l'événement (30 octobre 2022)! Au retour d'une puce louée, vous récupérez un dépôt de 5€.

Tu as oublié ton chip: Si tu as oublié ton chip, rends-toi au Help Desk où tu recevras un chip bleu contre un paiement de 12€. Ce chip est seulement conçu pour une utilisation unique. **S'il te plaît noter: sans puce pas de mesure du temps.**

Départ

Le départ aura lieu dans la Friedrich-Ebert-Anlage en direction centre-ville. Le bloque de départ sur lequel tu devras t'orienter suivant l'objectif de course que tu désires atteindre est mentionné sur ton dossard. Des grands ballons avec le logo de ton bloque te montrent le passage vers ton bloque respectif. Suis les instructions de nos bénévoles afin de garantir le bon déroulement des opérations. Grâce à un chronométrage individuel du temps réel de course, tu ne subiras aucun désavantage, même si tu te trouves à l'arrière du peloton de départ. Par contre, tu risques de gêner les coureurs plus rapides si tu te positionnes plus en avant. Attention: Tu vas éventuellement rencontrer une densité de trafic augmentée. Ainsi nous te prions de prévoir assez de temps pour arriver au marathon, afin d'éviter une bousculade et une nervosité inutile. [Plan départ](#)

Départ première vague: Départ à 10 heures

Bloc 1 HOKA
coureurs avec un temps d'arrivée estimé à 3:00
Bloc 2 Messe Frankfurt
coureurs avec un temps d'arrivée estimé de 3:00 à 3:15
Bloc 3 Stadt Frankfurt
coureurs avec un temps d'arrivée estimé de 3:15 à 3:35

Départ deuxième vague: Départ à 10.10 heures

Bloc 4 Mainova
coureurs avec un temps d'arrivée estimé de 3:35 à 4:00
Bloc 5 Rosbacher
coureurs avec un temps d'arrivée estimé de 4:00 à 4:30
Bloc 6 Krombacher
coureurs avec un temps d'arrivée estimé de 4:30 et ceux qui n'ont pas indiqué de temps.

Parcours plat

Selon une évolution de résultats marathon, le Mainova Marathon est, avec une avance énorme, le plus vite des cinq Marathons allemand. À Francfort, les participants passent par la ligne d'arrivée en moyenne dans 3:57:36. Le parcours est très plat: du point le plus bas (89,4 m) jusqu'au point le plus haut (117,2m) il a un dénivelé de 27,8 m sur un parcours de 42,195 m. Le parcours, ligne bleue, mène par la ville de Francfort. Le kilométrage s'effectue chaque les km et au km 21 par des grands panneaux. [Parcours plat](#)

Stations de rafraîchissement

Aux km 5 et 10 seront des Ravitaillement des deux côtés, les autres juste d'un côté. Tous les 5 km les stations sont comme suite: temps couru, aide médicale, Ravi personnel, Rosbacher eau naturelle, boissons isotonique Rosbacher, thé, bidets d'eau pour plonger les éponges, pou-belles. À partir du km 15 jusqu'à l'arrivée il y aura des bananes bio de Querbeet. Au km 15 et 30 il y aura entre autres des gels Maurten, au km 30,35,40 Coca bizzl et au km 32,5 bière Krombacher 0,0%. Il y aura entre autres des stations sur 12,5km, 17,5km, 22,5km, 27,5km, 32,5km et 37,5km qui serviront de l'eau minérale Rosbacher.

Toilettes le long du parcours

Deux toilettes seront mises à ta disposition sur km 5 et km 10 puis tous les 2,5 km

Aide médicale, transport gratuit

En cas de besoin d'aide médicale, le mieux est de continuer la course jusqu'au prochain point de ravitaillement, où une aide professionnelle est assurée. Si tu dois abandonner la course tu peux utiliser la voiture balai circulant à la fin de la course ou bien utiliser les navettes gratuites (23,7 km, 27,2km et 30km). Les bicyclettes, engins à roulettes et/ou motorisés sont formellement interdits sur le parcours. Tu peux prendre le transport public; le dossard te sert comme billet. Ni chiens, chaise roulante, vélo, patins à roulette ne sont acceptés sur le parcours.

Arrivée

Tu arrives par le portail est de la salle des fêtes. La ligne d'arrivée sera située 60m après le portail. La zone d'arrivée sera très animée par les spectateurs. Lorsque tu franchiras la ligne d'arrivée, ton temps réel de course sera enregistré. Nous te serions reconnaissant de quitter ensuite rapidement la zone d'arrivée afin d'éviter des encombrements superflus.

Fermeture du marathon

Après avoir quitté la zone d'arrivée tu rejoignes la zone de restauration sur la surface découverte „Agora“. Un buffet sera à ta disposition: eau potable, cola, fruits, gâteau, bananes, etc. À noter qu'un retour à la zone d'arrivée ne sera plus possible. Seuls les coureurs ont accès à la zone de restauration et d'arrivée. Merci de bien vouloir rejoindre ta famille, tes amis et personnes accompagnantes en dehors des zones réservées aux coureurs. (Voir plan Zone Départ et Arrivée). Tu seras guidé par la surface découverte P1 dans le Salle 1.

Approvisionnements dans la zone d'arrivée

Après avoir quitté la zone d'arrivée tu rejoignes la zone de restauration sur la surface découverte „Agora“. Un buffet sera à ta disposition: eau potable, cola, fruits, gâteau, bananes, etc. À noter qu'un retour à la zone d'arrivée ne sera plus possible. Seuls les coureurs ont accès à la zone de restauration et d'arrivée. Merci de bien vouloir rejoindre ta famille, tes amis et personnes accompagnantes en dehors des zones réservées aux coureurs. (Voir plan Zone Départ et Arrivée). [Tu seras guidé par la surface découverte P1 dans le Salle 1](#)

Vestiaires, douches, massages

Récupère ton sac au plus tard à 17 heures en présentant ton numéro de dossard. Le service de massage et les douches se trouvent dans le Salle 1 Niveau 1. Des tapis roulants te ramènent au niveau des vestiaires.

Diplôme

Tu peux consulter le diplôme par fichier PDF par la liste des résultats. Le diplôme sera envoyé, automatiquement, par voie postale, mi-décembre.

Listes de résultats

Tu trouveras les résultats sur notre site Web. Les listes seront publiées dans le hall 1 dans la zone de la distribution des dossards. Des réclamations sont possible 30 minutes après ton arrivée au Helpdesk. Des modifications seront possible jusqu'au 6 novembre par écrit à l'adresse email mail@frankfurt-marathon.com. [Listes de résultats](#)

Remise des prix par catégories

Les trois premiers de chaque catégorie d'âge reçoivent un bon pour une participation gratuite au Mainova Marathon de Francfort 2023 et un t-shirt HOKA. L'expédition sera effectuée fin Janvier 2023. Il n'y aura pas de remise des prix sur place.

Objets trouvés

Point d'information à la Salle 1 Niveau 2. Après l'événement vous recevrez des renseignements concernant les objets perdus à partir du 2 novembre auprès de l'organisateur : +49(0)693700468-0, mail@frankfurt-marathon.com

Nos services pour toi

Les services suivants sont inclus dans ton droit d'inscription:

- Numéro de dossard et épingles
- Numéro de dossard est en même temps le billet pour le transport public le 30 Octobre 2022
- Participation à la Fattoria la Vialla – Toscana Pasta Party
- Livret de programme
- Sac de coureur
- Dépôt de vêtements
- Médaille de souvenir pour tous les finisseurs
- Ravitaillement sur le parcours
- Service de massage et de douches
- Buffet de restauration dans la zone d'arrivée
- Diplôme et liste des résultats
- Cahier avec des bons d'entrée pour beaucoup d'institutions de Francfort
- Ton dossard de servira comme billet pour le transport public
- Participation gratuite au « Brezellauf »
- Diplôme envoyé par voie postale.
- Cahier digital sur le site pour télécharger

Retrait du Marathon den Francfort

Pour de problèmes de santé tu peux renoncer au Mainova Marathon de Francfort. Connectes-toi comme décrit ci-dessus lors de la réinscription et clique sur le bouton « annuler mon inscription » au plus tard le 2 novembre 2022 et télécharge le certificat médical. Ton inscription sera contre-passée et tu reçois contre retenue de 20 € pour frais de dossier un bon pour le Mainova Marathon de Francfort 2023. Un remboursement ne sera pas possible. Nous t'envoyons un code respectif pour ton inscription au marathon 2023. Ce bon n'est pas transférable à d'autres personnes. Les prestations faites ne sont pas valables pour 2022, seul le T-shirt peut être retiré au Helpdesk. [Retrait](#)

Changement d'inscription

Le changement d'inscription d'un coureur à un autre ne sera possible que par internet et jusqu'au 09.10.2022. Pour ceci, tu dois de connecter sur l'inscription à « Mon inscription » et clique sur le bouton « Transférer mon inscription ». Ton inscription sera contre-passée et ton ami reçois un link pour l'inscription. L'inscription pour ton ami sera possible pour 10 €. Les prestations ne sont pas valables pour ce dernier coureur, sauf le T-shirt, qu'il peut récupérer auprès du Helpdesk. [Changement](#)

INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES

Le Mainova Marathon de Francfort à la Télé

Hr fernsehen: sport extra, diffusé par câble et satellite. Des commentaires seront diffusés sur toutes les autres chaînes allemandes. Les temps exacts des diffusions sont à lire dans les journaux.

En direct

Le 30 octobre tu peux suivre la course en direct sur www.frankfurt-marathon.com. Tu peux suivre la course: qui même chez les femmes et hommes, quelles sont les temps estimés, quelles sont les temps intermédiaires, quelles sont les temps à la ligne d'arrivée? Poursuis partout dans le monde la course de tes amis, ta famille et de tes favoris, tout en direct.

L'appli Mainova Frankfurt Marathon

Avec cet appli ta famille et amis peuvent voir en temps réel ou tu te trouve pendant la course et il peuvent voir le temps estimé de ton arrivée. Tu peux la télécharger gratuitement par Play Store pour Android ou Appstore pour iPhone. Tu trouveras plus d'informations sur notre Homepage.

Aimer, Partager, Poster

Nous nous réjouissons si tu partages par les réseaux sociaux tes impressions de ton entraînement, du voyage à Francfort, tes préparations pour le Mainova Marathon, du programme cadre et naturellement de ta course. Tes hashtags pour le Mainova Marathon de Francfort 2022 sont #runtheskyline #frankfurtmarathon #mainovafrankfurtmarathon.

Urgence Croix-Rouge

En cas d'urgence, veuillez donner les premiers secours aux personnes dans le besoin. L'urgence de la Croix-Rouge est placée le long du cours et de la foire commerciale. L'assistance médicale peut également être contactée par téléphone au +49 69 71919192 ou par le numéro d'urgence 112.

Informations importantes pour l'aide médicale!!

L'infraction se trouve où?

Qui nous appelle?

Qu'est ce que c'est passé?

Combien personnes sont impliquées?

Attendre à des questions.

Demande aussi de l'aide aux spectateurs, bénévoles et participants dans ton entourage.

Frankfurt Marathon Club

Sera membre dans ce club, qui a au moins franchi la ligne d'arrivée 10 fois du Marathon de Francfort.

Un numéro éternel sera brodé sur le T-shirt.

Les intéressés nous doivent preuve faire envoyant ses diplômes sportifs.

Frankfurt
Marathon
CLUB
[2022]

Projet caritatif „chariot de souhaits Rhin-Main de l'ASB Hesse:



Oser les derniers vœux - gagner des souvenirs ensemble

C'est précisément ce que soutient le projet „Chariot à souhaits“ de l'Arbeiter-Samariter-Bund (ASB) Landesverband Hessen e.V. Car lorsque la vie touche à sa fin, les souhaits non réalisés se retrouvent souvent au premier plan. Or, les personnes gravement malades ne sont souvent plus en mesure de se mettre en route elles-mêmes pour rattraper ce qu'elles ont manqué, revoir des personnes importantes et laisser la vie derrière elles en toute tranquillité. C'est précisément là qu'intervient l'ASB en Hesse avec son engagement et le chariot des souhaits. De nombreuses mains bénévoles, un objectif : notre objectif est de soutenir les personnes gravement malades et leurs proches avec le chariot des souhaits et de créer de beaux souvenirs communs. Le chariot des souhaits vit de la collaboration bénévole et est financé exclusivement par des dons. Pour que le chariot des souhaits soit à la disposition de tout le monde sans exception, le trajet souhaité est toujours gratuit pour le passager et un accompagnateur. Tout soutien est le bienvenu et une possibilité pour toi est de marcher sur notre tapis de dons !

Voici comment tu peux faire un don:

Nous installerons à nouveau un „tapis de dons“ sur le parcours à la Hauptwache au km 7,5 ou au km 39. Pour chaque passage sur ce tapis, tu feras un don de 4 euros au projet de l'ASB Hessen en saisissant la puce ChampionChip. Afin de s'assurer que tu n'as pas franchi le tapis de dons sans le savoir, tu recevras une nouvelle information après la course avec la possibilité de faire opposition au don. Si ce n'est pas le cas, le montant du don sera débité de ton compte ou de ta carte de crédit par prélèvement automatique. En outre, tu pourras cette année encore acheter le bracelet en silicone de charité „Wishlet“ au stand HOKA dans le hall d'exposition 1, niveau 2. Les précommandes peuvent être retirées au stand de l'ASB.

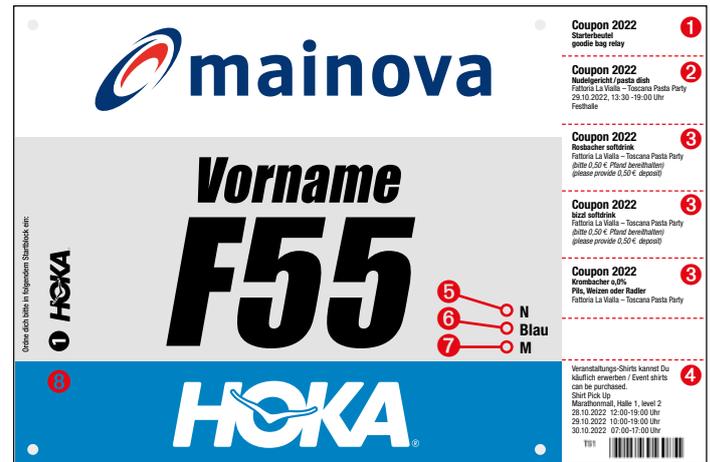
L'organisateur du Mainova Frankfurt Marathon fera également don du prix d'achat net de 4,20 euros au projet caritatif „Der Letzte Wünsche wagen Rhein-Main“ (le chariot des derniers souhaits), sans aucune déduction.

En outre, tu peux faire don de ton jeton lors de la restitution de la puce : Des boîtes spécialement désignées à cet effet seront disponibles aux stations de restitution des puces. Merci beaucoup pour ton soutien !

Plus d'informations sur asb-hessen.de/marathon.

Coupons du numéro de dossard

(Cette image ne correspond pas à ton inscription personnelle.)



Les coupons qui se trouvent sur le côté droit de ton dossard peuvent être valider le week-end de l'événement.

Les coupons suivant se trouvent sur chaque dossard:

- 1 Coupon pour un sac, rempli des affaires de haute qualité de nos sponsors et partenaires
- 2 Coupon pour un plat de pasta lors de la Fattoria La Vialla – Toscana Pasta Party
- 3 Coupon pour trois boissons lors de la Fattoria La Vialla – Toscana Pasta Party
- 4 Si tu as commandé un T-shirt, manches longues ou courtes, tu trouvera ici le bon. Si non, tu trouvera des informations concernant notre Merchandisestand.
- 5 6 7 Tu trouveras un signe sur ton dossard si tu a fais des commandes supplémentaire comme T-shirt (5), bracelet (6), gravure de médaille (7).
- 8 Nous t'avons assigné à un bloc de départ en accordance de ton temps estimé à l'arrivée. S'il te plaît, positionne-toi dans ce bloc correspondant.

Les différents blocs sont marqués par les numéros de 1 à 6 et nommés des noms de nos sponsors. En fonction de ton bloc, tu prends le départ dans la première ou la deuxième vague.

Départ première vague:
Bloc 1 „HOKA“, Bloc 2 „Messe Frankfurt“, Bloc 3 „Stadt Frankfurt“ à 10.00 heures
Départ deuxième vague:
Bloc 4 „Mainova“, Bloc 5 „Rosbacher“, Bloc 6 „Krombacher“ à 10.10 heure

Médailles gravées

Grace à des méthodes techniques modernes, une gravure de médaille personnalisée avec ton nom et le temps de course t'est proposée dans la zone d'arrivée, prix 10€. Pour ceci il est nécessaire de se présenter après l'arrivée de 12 à 17 heures avec ta médaille à la Salle 1 Niveau 2. Si tu ne l'as pas commandé avec ton inscription, il faut payer 10€ sur place. [Médailles](#)

T-shirts des participants de HOKA

Les t-shirts de participation pré-commandés par HOKA doivent être retirés au stand HOKA avant le dimanche 30 octobre à 10 heures.

Tu as la possibilité d'acheter un T-shirt fonctionnel HOKA pour femmes ou hommes : 32 € et un T-shirt fonctionnel HOKA à manches longues pour femmes ou hommes : 42 € [au stand HOKA sur le Marathon-mall \(dans la limite des stocks disponibles\)](#).



Impression personnelle sur le T-Shirt

Laisse imprimé ton nom et/ou le temps à l'arrivée sur ton T-shirt. Tu peux commandé ce gimmick avec ton inscription en ligne jusqu'au 23 octobre.

Les variantes suivantes sont possible:

- Nom sur le dos: 10 € (pour les équipes et les Mini Marathonien)
- Temps sur le dos: 10 €
- Nom et temps sur le dos: 18 €
- Nom et temps sur la manche: 15 €
- „FINISHER“ sur le dos: 5 €

Moyennant un supplément de 2 € tu peux décidé sur place le jour de la foire pour l'imprimé. Ceux qui ont fait une préservation ont un marquage correspondant sur leur dossard. Les imprimés de nom sont possible le vendredi et samedi, le temps naturellement après ton arrivée.

L'imprimé (uni, probablement en blanc) peut être fait sur n'importe quel T-shirt, la seule condition et que le T-shirt doit être sans logos etc.

Le nombre de lettres et signes et limités à 15, le T-shirt doit être sec.

[La typographie se trouve près de la distribution des T-shirts à proximité du stand HOKA.](#)

8 TRUCS POUR LA RÉDUCTION DES ORDURES



1. Prends ton dossard comme billet dans les transports public.
2. Échauffe toi avec des vieux vêtements et jete les dans les box
3. Prends le sac de ton dossard pendant toute la journée il se prête pour faire des achats, pour les vêtements le jour du Marathon
4. Dépose les déchets dans les poubelles correspondantes
5. Évitez d'imprimer toutes les informations et votre passe de départ et, si possible, apportez-les en digital.
6. Apporte tes propre couverts pour la Pastaparty
7. Prends un sac à provisions pour faire des achats sur la foire
8. Ferme le robinet sous la douche pendant que tu te savonne

Les déchets des participants sur le site du salon sont collectés de manière centralisée et recyclés dans les règles de l'art par une entreprise spécialisée dans l'élimination des déchets.

Liste pour le jour du Marathon

Avant le départ:

- retrait du dossard, du sac personnel et de la puce
- vérification de ta puce personnelle
- noter les données personnelles sur le dos du dossard
- fixe le dossard sur ta poitrine
- colle l'étiquette sur ton sac
- habits de rechange pour après la course
- Prendre l'éponge du sac
- Déposer les bagages dans la consigne (4€)
- va au départ et dans ton bloc de départ
- Metre des vieux vêtements que tu n'as plus besoin

Après la course:

- prend ta médaille et le panchon chauffant
- reprend ton sac
- rends la puce (Veilles noter que les pucs loué ne peuvent être ajoutés au 30 octobre 2022! Au retour tu récupères un dépôt de 5 €.)
- prends une bonne douche et laisse-toi bien masser
- Le dossard c'est ton billet de retour dans les transports public

Changement d'heure:



dimanche, 3 heures : l'heure est reculée d'une heure

RÉSERVE CETTE DATE!

Le Mainova Frankfurt Marathon 2023 aura lieu le 29 octobre.

L'inscription en ligne pour l'année prochaine commence le 30 octobre 2022 à 12 heures!