



Presse-Information

Prüfung der eigenen Leistungsfähigkeit

Vorbereitungslauf zum 19. ebm-papst Marathon startet am 31. August

Der Vorbereitungslauf zum ebm-papst Marathon hat sich zu einem eigenen kleinen Laufevent in Hohenlohe entwickelt. In diesem Jahr findet er am Sonntag, 31. August (Start 9 Uhr), statt. Eine Anmeldung dazu ist nicht nötig. Teilnehmen kann jeder, der Lust hat.

Beim letzten Mal regnete es in Strömen. Trotzdem kamen zahlreiche Teilnehmer zum Treffpunkt nach Niedernhall. Ein Läufer ist es ja gewohnt, bei Wind und Wetter zu trainieren. Und der Vorbereitungslauf ist eine gute Gelegenheit, seine eigene Fitness zu überprüfen. „Man kann sehen, wo es noch Lücken gibt“, sagt der Neuensteiner Rainer Gaukel. In der Vergangenheit war er öfter mit dabei. „Wir waren meist mit einer ganzen Gruppe da. Auch dieses Mal werden sicher einige Neuensteiner kommen. Es sind ja immer viele Leute aus der Gegend dabei.“ Trotz des Gemeinschaftsgefühls nutzte er den Lauf immer zur Überprüfung der eigenen Leistungsfähigkeit. Es gibt Sicherheit, im Vorfeld zu sehen, wie schnell man den Wettkampf dann angehen kann.

Der Vorbereitungslauf, der um 9 Uhr gestartet wird, ist die beste Gelegenheit, die Strecke kennenzulernen oder sie wieder zu verinnerlichen. Denn auch Läufer, die den ebm-papst Marathon schon öfter bestritten haben, sind immer wieder dabei. „Man kann sich einem Zugläufer anschließen und sehen, welches Tempo am besten passt“, meint Gaukel. Angeboten werden zwei Streckenlängen und zwar zehn und 19 Kilometer. Die Zugläufer geben das Tempo für Endzeiten von 50 und 60 Minuten auf zehn Kilometern vor. Die 19 Kilometer gehen sie mit einer Geschwindigkeit an, die zu einer Halbmarathonzeit von 1:30, 1:45 und 2:00 Stunden führt.

Gestartet wird der Vorbereitungslauf am Brückenwiesenweg beim Freibad. Versorgungsstationen gibt es in Forchtenberg am Bahnhof (Kilometer 5 und 14) und in der Mühlgasse in Ernsbach (Kilometer 8,5 und 10,5). Im Ziel gibt es frisches Obst und Getränke.

Vom Start aus geht es über die Hauptstraße auf den Rad-/Fußweg bis nach Weißbach. Auf der Höhe der Firma Hornschuch wird die Forchtenbergerstraße gequert und es geht auf dem Rad-/Fußweg bis Forchtenberg. Von da an geht es nach Ernsbach weiter, wo im Bereich der Volksbank ein Wendepunkt ist, von dem es wieder auf der selben Route zum Freibad in Niedernhall zurückgeht.

Diese Streckenführung gibt einen guten Eindruck über den Verlauf des ebm-papst Marathons, der dann am 13. Und 14. September stattfindet.

Weitere Informationen im Internet: www.ebmpapst-marathon.de

Hauke Hannig
Pressesprecher
ebm-papst Unternehmensgruppe

Telefon: +49 7938 81-7105
Telefax: +49 7938 81-97105
Mobil: +49 171 36 24 067
Hauke.Hannig@de.ebmpapst.com

15. August 2014 - Blatt 1 von 3

twitter.com/ebmpapst_news
facebook.com/ebmpapstFANS
youtube.com/ebmpapstDE
www.ebmpapst.com
www.greentech.info/ec-technologie

Autor: Marc Schmerbeck
für ebm-papst



Presse-Information

Prüfung der eigenen Leistungsfähigkeit

Vorbereitungslauf zum 19. ebm-papst Marathon startet am 31. August

KURZINFOS ZUM VORBEREITUNGSLAUF

Start: Sonntag, 31. August, 9 Uhr in Niedernhall am Freibad für die Strecken von zehn und 19 Kilometern. Zugläufer: 10 km – 50 Minuten, 60 Minuten; 19 km – 01:30 h, 01:45 h, 02:00 h auf Endzeit Halbmarathon

Die genaue Streckenführung: Brückenwiesenweg – Querung der Hauptstraße – Warrwiesenweg – Rad-/ Fußweg bis Weißbach – Querung der Forchtenberger Straße in Höhe Firma Hornschuch – Rad-/Fußweg bis Forchtenberg, Busbahnhof – Öhringer Straße – Schöntaler Straße – Wülfinger Straße – In den Schwarzenäckern – Rad-/ Fußweg nach Ernsbach - Wende im Bereich Volksbank (Kreuzung Mühlgasse/Marktstraße) und die selbe Strecke zurück

ALLGEMEINE INFORMATIONEN ZUM EBM-PAPST MARATHON

Der 19. ebm-papst Marathon findet am 13. und 14. September statt. Gestartet wird wie üblich am Sportgelände in Niedernhall. Anmeldungen sind online (www.ebmpapst-marathon.de) möglich. Wer den Postweg bevorzugt sollte das Formular auf der Internetseite ausdrucken, ausfüllen und bis spätestens 31. August an den Polzeisportverein Hohenlohe schicken. Nachmeldungen sind noch am Samstag, 13. September, möglich. Die Preise reichen von 7 Euro für den Bambini-Marathon bis zu 43 Euro für den Duo-Marathon. Der Marathon schlägt mit 27 Euro zu Buche, der Halbmarathon liegt bei 22 Euro und Zehn-Kilometer-Läufer bezahlen 17 Euro. Für Handbiker kosten die Startgebühren 27 Euro und für Inliner 22 Euro. Die gesamte Preis-Staffelung ist ebenfalls auf der Internetseite zu finden.

Gestartet wird der ebm-papst-Marathon in diesem Jahr am Samstag, 13. September, um 15 Uhr mit dem Nordic Walking über sieben und zwölf Kilometer. Am Sonntag, 14. September geht es um 8.30 Uhr mit dem Marathon und Duo-Marathon los. Der Zehn-Kilometer-Lauf beginnt um 8.55 Uhr, der Startschuss zum Halbmarathon fällt um 9.10 Uhr. Ab 12.15 Uhr bis 13.10 Uhr geht es mit den Kinderläufen los. Den Abschluss bilden die Handbiker (14 Uhr) und Inliner (14.10 Uhr).

KURZER STRECKENABRISS

An der Streckenführung des ebm-papst Marathon hat sich indes nichts geändert. Gestartet wird wie üblich in Niedernhall. Dann geht es auf der Kochertalstraße flussabwärts nach Forchtenberg. Dort läuft noch das komplette Feld vorbei. Die Zehn-Kilometer-Läufer machen sich dann schon wieder auf den Rückweg. In

Hauke Hannig
Pressesprecher
ebm-papst Unternehmensgruppe

Telefon: +49 7938 81-7105
Telefax: +49 7938 81-97105
Mobil: +49 171 36 24 067
Hauke.Hannig@de.ebmpapst.com

15. August 2014 - Blatt 2 von 3

twitter.com/ebmpapst_news
facebook.com/ebmpapstFANS
youtube.com/ebmpapstDE
www.ebmpapst.com
www.greentech.info/ec-technologie

Autor: Marc Schmerbeck
für ebm-papst



Presse-Information

Prüfung der eigenen Leistungsfähigkeit

Vorbereitungslauf zum 19. ebm-papst Marathon startet am 31. August

Ernsbach trennen sich dann Marathonis und Halbmarathonis. Während die 20,1 Kilometer-Strecke auf dem Radweg über Forchtenberg und Weißbach zurück nach Niedernhall führt, geht es für die große 42,2-Kilometer-Runde zum Wendepunkt nach Sindringen. Von hier aus geht es durch Niedernhall zurück bis nach Künzelsau.

Hauke Hannig
Pressesprecher
ebm-papst Unternehmensgruppe

Telefon: +49 7938 81-7105
Telefax: +49 7938 81-97105
Mobil: +49 171 36 24 067
Hauke.Hannig@de.ebmpapst.com

15. August 2014 - Blatt 3 von 3

twitter.com/ebmpapst_news
facebook.com/ebmpapstFANS
youtube.com/ebmpapstDE
www.ebmpapst.com
www.greentech.info/ec-technologie

Autor: Marc Schmerbeck
für ebm-papst