



Pressemitteilung Fischland-Darß-Zingst 14.09.2018

Ostseestaffelmarathon, „Dünenläufer“, Nationalparklauf - Lauf-Events locken Sportbegeisterte auf den Darß

Im Herbst ist es wieder soweit: Auf Fischland-Darß-Zingst wird die Laufsaison eröffnet. Genau dann, wenn die Natur am reizvollsten und abwechslungsreichsten ist, zieht es Sportbegeisterte aus ganz Deutschland in den Norden. Am 30.09. findet zum 12. Mal der AOK Ostsee StaffelMarathon rund um das Ostseebad Dierhagen statt. Am 06.10. finden gleich zwei Events statt: der Nationalparklauf im Ostseebad Prerow und der „Dünenläufer“ im Ostseeheilbad Graal-Müritz.

Alle drei sind Läufe eint die Verbundenheit zur regionalen Natur und die ansprechende und anspruchsvolle Laufumgebung wie Deich-, Wald- und Sandwege. Dennoch sind unterschiedlich: Der Ostsee Staffelmarathon ist das ideale Laufereignis für Teamsportler, der Erfolg als Staffel steht im Vordergrund. Hier geht es auf dem 5,22 km Rundkurs um Schnelligkeit, Zusammenhalt und Kommunikation. Der Nationalparklauf hingegen gehört zu den „ruhigeren“ Laufveranstaltungen, denn hier wird auf 10 bzw. 21 km Strecke ausschließlich auf den Wald- und Strandwegen des Nationalparks Vorpommersche Boddenlandschaft gelaufen oder gewalkt (direkt nach den Läufern starten die Nordic Walker). Der „Dünenläufer“ ist für Laufbegeisterte eine ganz besondere Herausforderung, denn es gilt auf 43,5 km Marathonstrecke das individuell beste Ergebnis zu erlaufen – und dabei unterschiedlichste Untergründe zu überwinden.

Der stetige Teilnehmeranstieg des Dünenläufer Events (ca. 25 % mehr Anmeldungen als im Vorjahr) sowie die volle Startnummernvergabe für den Nationalparklauf und den Ostsee Staffelmarathon zeigen wie beliebt derartige Sportevents an der Ostsee sind. Vor allem Beweis für die Beliebtheit und Wertschätzung der einmaligen Landschaft auf Fischland-Darß-Zingst und Umgebung.

Abgerundet wird die Laufsaison jährlich im April mit dem Darß Marathon auf der Strecke Ahrenshoop-Born-Wieck-Prerow.

Näheres zu den Läufen im Herbst 2018:

12. AOK Ostsee StaffelMarathon

Am 30. September 2018 ist es wieder soweit: Läufer aus ganz Deutschland treten auf dem anspruchsvollen Kurs beim 12. AOK Ostsee StaffelMarathon gegeneinander an. Gelaufen wird auf einem exakt vermessenen 5,22 km Rundkurs. Die Start- und Zielrunde verläuft rund um die Veranstaltungswiese in Dierhagen OT Neuhaus. Von hier verläuft der Kurs nach einem kurzen Waldabschnitt direkt zum Ostseestrand. Nach der Strandpassage geht



es auf dem Radwanderweg bis zum großen Ribnitzer Moor. Die Moordurchquerung geleitet die Läufer direkt in den Waldabschnitt hinein, der in einem Linksbogen zurück zur Wechselzone auf die Festwiese führt.

An den Start gehen Vereine, Schulklassen, Firmen und Familien. Der jüngste Läufer ist 5, der älteste über 70 Jahre alt. Noch haben Sie genügend Zeit, um sich auf den Marathon vorzubereiten! Genießen Sie die herrliche Landschaft rund um das Naturschutzgebiet und freuen Sie sich auf die locker-familiäre Atmosphäre der Veranstaltung.

www.ostsee-staffelmarathon.de

Nationalparklauf 2018 am 6. Oktober 10.00 – 14.00 Uhr | Seebrücke Prerow

Über Strand- und Waldboden geht es für Läufer und Nordic Walker am 06. Oktober beim Nationalparklauf. Auf 10 km – oder beim Halbmarathon 21 km – können sie ihre Fitness unter Beweis stellen und nebenbei die unberührte Natur des Nationalparks Vorpommersche Boddenlandschaft genießen.

Der Lauf führt 10 km im Schnelldurchlauf an wunderbaren Naturstationen vorbei. Die ersten 400 m geht es am Strand entlang, dann auf etwas festerem Terrain 4 km über den Leuchtturmweg, bis hin zu einer natürlichen Wasserstelle im Nationalpark. Über das „K-Gestell“, einem markanten Plattenspurweg, vorbei an wunderschönen, teils alten Häusern in der Villenstraße in Prerow bis zur ehemaligen Seenotrettungsstation auf dem Deich. Auf den letzten Kilometern ist dann noch mal ordentlich Puste gefordert: Über die Westbrücke geht es schließlich wieder zum Strand. Eine professionelle, transpondergestützte Zeitmessung sagt Ihnen auf der Zielgeraden sekundengenau die Zeit an. 15 Minuten nach den Läufern gehen die Nordic Walker an den Start. Auch sie walken abwechselnd durch Meer- und Waldluft. Wer nach 10 km noch fit ist, der läuft den Halbmarathon mit 21 km Streckenlänge. Die „Lütten“ können beim Bambinilauf mit 1 km Streckenlänge schon einmal beweisen, wer später zum großen Marathonläufer wird.

www.ostseebad-prerow.de/de/natur/aktiv-sein/nationalparklauf.html

3. „Dünenläufer“

Im Ostseeheilbad Graal-Müritz stellen sich am 6. Oktober Laufbegeisterte einer ganz besonderen Herausforderung. Der Lauf führt in verschiedenen Distanzen durch Küstenwälder, Moorlandschaften und auf verwunschenen Pfaden. So wird es »auf Strecke« nie langweilig, ganz egal welche Distanz man gewählt hat. Die Königsdisziplin „Dünenläufer“ misst 43,5 km (Durchgangszeit an der Marathonmarke wird gemessen), daneben gibt es den „Dünenläufer ½“ über ca. 24 km, den Erlebnislauf über ca. 9 km sowie



Deutschlands schönste Halbinsel

den Staffelwettbewerb (ca. 5 x 5 km), bei dem fünf Läufer im Team jeweils 5 km absolvieren.

Der Streckenverlauf des „Dünenläufers“ ist anspruchsvoll, doch aufgrund der unterschiedlichen Distanzen kann jeder mit dabei sein. Das zeigt auch die große Freude der Dünenläufer-Community in den sozialen Medien. Die engagierte Läuferin und Bloggerin »Go Girl!Run!« beispielsweise, ist vom „Dünenläufer“ so begeistert, dass sie mit einem Team von über 30 Aktiven an den Start geht, in dem sowohl ambitionierte Läufer als auch Laufanfänger ihren Platz finden.

Das offizielle Programm beginnt bereits am Freitag, den 05. Oktober 2018 mit dem Welcome Day, dem abendlichen »Get together« und der Pasta-Party im Haus des Gastes. Am Sonntag, den 7. Oktober 2018 findet ein geführter Guten-Morgen-Lauf (5 km) statt und als besonderer Ausklang danach eine Moorwanderung auf den Spuren der fröhlichen Moorgeister.

www.duenenlaeufer.de

Pressekontakt Fischland-Darß-Zingst:

Nicole Paszehr

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit & Onlinekommunikation

Barther Straße 16

18314 Löbnitz

Tel. 038324 64039

Fax 038324-64034

nicole.paszehr@tv-fdz.de

www.fischland-darss-zingst.de