

SEVEN SUMMITS SIEGEN

14. AUGUST 2022

7 Gipfel - 24,5km - 760hm
Das sportliche Sommerhighlight!

präsentiert von: **Sparkasse Siegen**

Eine Veranstaltung von: **anlauf** **DAV**
www.seven-summits-siegen.de

Sponsors: SUMMIT, Sparkasse Siegen, HOFMANN, DORNSEIFER, THIELMANN, ABSOLUTE RUN COAUSDAUER, Feimbier, Knechteler 0.0, 57wasser, Stadt Siegen

Zeitplan

8.00 bis 9.00 Uhr Start Laufen

9.05 bis 10.05 Uhr Start Wandern

12.00 Uhr im Kletterzentrum – Siegerehrung Laufen

Top 3 der Männer SEVEN SUMMITS SIEGEN 2022

Top 3 der Frauen SEVEN SUMMITS SIEGEN 2022

Teamwertung (5er Teams) Laufen SEVEN SUMMITS SIEGEN 2022

16.00 Uhr im Kletterzentrum – Siegerehrung Wandern

Wandern: Top 3 der Männer SEVEN SUMMITS SIEGEN 2022

Wandern: Top 3 der Frauen SEVEN SUMMITS SIEGEN 2022

Teamwertung (5er Teams) Wandern SEVEN SUMMITS SIEGEN 2022

16.00 Uhr im Kletterzentrum - Absolute Run STRAVA-Challenge

Top 3 der Männer – Krönchen King

Top 3 der Frauen – Krönchen Queen

Die Wertungen bei SEVEN SUMMITS SIEGEN

Gesamtwertung Laufen & Wandern

Die Zeitnahme erfolgt von ausdauer57 Martin Stinner. Ausgangspunkt ist die vorgegebene Startzeit und die Einlaufzeit. Ggfls. wird eine Zeitgutschrift erteilt.

Bitte die selbst gestoppte Zeit auf Nachfrage im Ziel bei Martin Stinner abgeben.

Absolute Run STRAVA-Challenge

(Strava ist ein Netzwerk zum internetoptimierten Tracken von sportlichen Aktivitäten)

Es werden sieben Bergwertungen angeboten: Fischbacherberg – Wellersberg – Giersberg – Lindenberg – Siegberg – Häusling, Rosterberg. Mit festgelegten Startpunkten und dann bis zu den Gipfeln. Gewertet werden die addierten Zeiten der vorher festgelegten Segmente. Die Segmente sind auf der Strecke mit Schildern gekennzeichnet. Geehrt werden die Krönchen-Königin und der Krönchen König.

Voraussetzung ist die Teilnahme bei Strava. Wenn Du an der Challenge teilnehmen möchtest und noch nicht angemeldet bist, musst Du dich anmelden (die Anmeldung ist für 30 Tage kostenlos!). Ebenfalls müssen wir Deinen Nutzernamen zuordnen können. **Nach Beendigung des Laufs musst Du dein Ergebnis von deiner Laufuhr oder der App bei STRAVA bis 14 Uhr hochladen.**

Weitere Informationen findest Du im Internet, bei Fragen kannst Du auch im Absolute Run Ausdauer vorbeigehen oder anrufen.

Die Siegerehrung der **Absolute Run STRAVA-Challenge findet am 14.8. um 16 Uhr im DAV-Kletterzentrum statt.**

Wander – Challenge

Es erfolgt beim Wandern eine separate Wertung für die ersten drei Männer und Frauen, sowie für die ersten Teams. Voraussetzung ist die schriftliche Versicherung, dass auf der ganzen Strecke gewandert und gewalkt wurde (nicht gelaufen).

Team – Wertung

Erstmals wird es eine Team-Wertung beim Laufen und Wandern geben. Das bedeutet: Gemeinsames Laufen/Wandern vom Start bis ins Ziel mit einem gemeinsamen Zieleinlauf (gewertet wird der letzte Einlauf).