



TOGGENBURGER HOCHGEFÜHLE

# CHÄSERRUGG BERGLAUF 2024

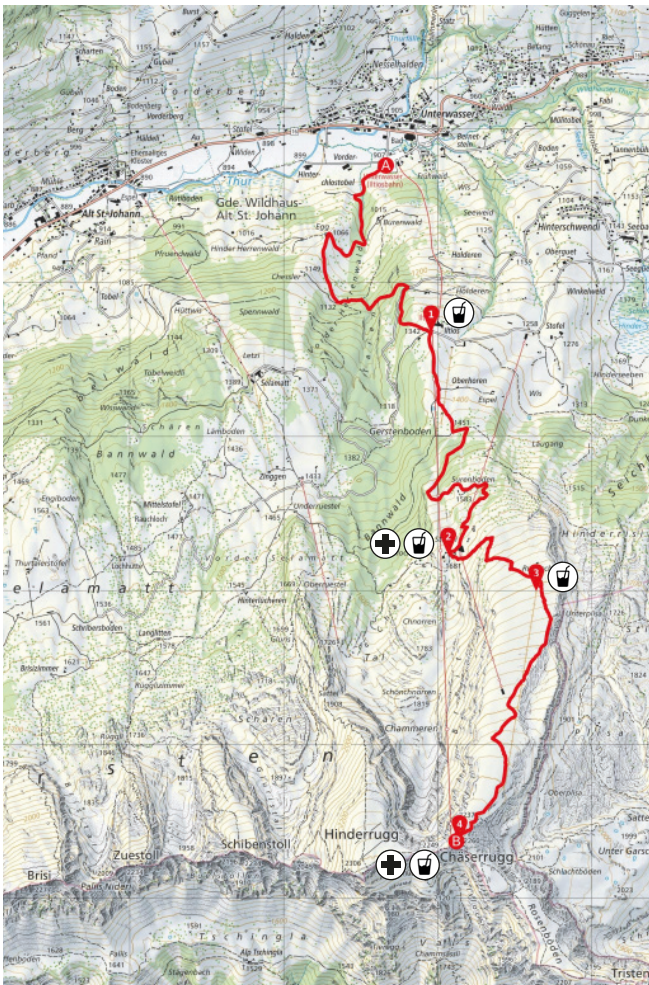
Datum	Sonntag, 22.09.2024
Start	Unterwasser 910 m ü. M.
Ziel	Chäserrugg 2'262 m ü. M.
Strecke	Unterwasser – Egg – Itlios – Surenboden – Stöfeli – Ruggschöpf – Chäserrugg
Länge	8100 m
Höhendifferenz	1352 m
Startzeit	09.30 Uhr

Kategorien	<u>MÄNNER</u>	<u>JAHRGANG</u>	<u>FRAUEN</u>	<u>JAHRGANG</u>
	<u>U20</u>	<u>2005 und jünger</u>	<u>U20</u>	<u>2005 und jünger</u>
	<u>M20</u>	<u>1995 – 2004</u>	<u>W20</u>	<u>1995 – 2004</u>
	<u>M30</u>	<u>1985 – 1994</u>	<u>W30</u>	<u>1985 – 1994</u>
	<u>M40</u>	<u>1975 – 1984</u>	<u>W40</u>	<u>1975 – 1984</u>
	<u>M50</u>	<u>1965 – 1974</u>	<u>W50</u>	<u>1974 und älter</u>
	<u>M60</u>	<u>1964 und älter</u>		

Starterfeld	max. 200 Teilnehmer
Startgeld	CHF 40.00 für alle Kategorien
Anmeldeschluss	20.09.2024 (Es sind keine Nachmeldungen möglich!)
Anmeldung	Online auf <a href="http://www.chaeserrugg.ch">www.chaeserrugg.ch</a>
Nr.-Ausgabe	Samstag, 21.09.2024 von 14.00 – 17.00 Uhr an der Talstation in Unterwasser Sonntag, 22.09.2024 von 08.00 – 09.00 Uhr an der Talstation in Unterwasser
Kleidertransport	Ab Startgelände mit offiziellen Kleidersäcken bis 09.00 Uhr
Garderobe	Dusch- und Umkleidemöglichkeiten sind bei der Badi Unterwasser vorhanden. Auf dem Chäserrugg sind Toiletten und ein Umkleideraum vorhanden.
Verpflegung	Auf der Strecke befinden sich drei Verpflegungsposten. Es werden nur Getränke abgegeben (Wasser und Isotonisch).
Preise	Erinnerungspreise für alle Teilnehmer (werden beim Zieleinlauf übergeben) Naturalabgaben für Rang 1 – 3 in allen Kategorien Zieleinlauf Männer und Frauen 1. CHF 200.00 / 2. CHF 150.00 / 3. CHF 100.00 in Bar
Zielschluss	12.30 Uhr
Preisverteilung	13.00 Uhr beim Gipfelrestaurant.
Talfahrt	Gratis für alle Teilnehmer, wird mit dem Erinnerungspreis im Ziel abgegeben.
Bestimmungen	Stöcke und Nagelschuhe sind nicht erlaubt.
Besonderes	Aufgrund der Umbauarbeiten der Talstation in Unterwasser fährt auf der Strecke zwischen Unterwasser und Itlios ein Bahnersatzbus. Um Wartezeiten zu vermeiden empfehlen wir den Zuschauenden frühzeitig über die Alp Sellmatt zum Itlios zu gelangen.
Organisator	Chäserrugg Sports AG
Teilnahme	Teilnahmeberechtigt ist jeder Mann / Frau
Sanität	Samariterverein Wildhaus-Alt St. Johann
Auskunft	Alex Singenberger, <a href="mailto:sports@chaeserrugg.ch">sports@chaeserrugg.ch</a> , 071 999 19 75
Versicherung	Sache der TeilnehmerInnen. Der Organisator lehnt jegliche Verantwortung gegenüber Schäden, Unfällen oder Krankheiten, die im Zusammenhang mit dem Lauf entstehen können, grundsätzlich ab.

## CHÄSERRUGG BERGLAUF 2024

BERGLAUF STRECKE



HÖHENPROFIL

