



**CHARITY
MEGA RUN
BINGEN**

INFOSHEET

52 km
GO! 10:30 UHR

»Rhein-Nahe-Eck«
Bleiche 2
55411 Bingen am Rhein

26 km
GO! 10:30 UHR

»Rhein-Nahe-Eck«
Bleiche 2
55411 Bingen am Rhein

CMR-PHONE: 0157 839 621 71

ANFAHRT BINGEN AM RHEIN

AUTO:
55411 Bingen
Museumsstraße 3

EXTRA SHUTTLE:
Bingen HBF – NH Hotel
ab 9:40 Uhr

ZUGSTRECKE:
Mainz (HBF) – St. Goar
am 22.08.2020
(kostenlos für Läufer)
Shuttle auf Anfrage.

Bingen (Stadt) – NH Hotel
ab 09:35 Uhr und 10:10 Uhr

STARTNUMMERAUSGABE:
Ab 09:00 Uhr im NH-Hotel Bingen.
Bei gutem Wetter evtl. auch direkt auf
dem Rhein-Nahe-Eck.



BITTE CORONA SCHUTZMAßNAHMEN BEACHTEN!

- Adressen aller Teilnehmer werden erfasst
- Adressdaten unter www.cmrbingen.com eintragen oder am Tag der Veranstaltung
- Mund-Nasenschutz im gesamten Start- und Zielbereich tragen
- Bei Symptomen bitte fern bleiben
- Mindestabstände von 1,5 m einhalten

TREFFPUNKT

AB 09:00 UHR
»Rhein-Nahe-Eck«
Bleiche 2
55411 Bingen am Rhein



SPONSORING:

- Bei einer Spende über 100 € – Logo auf der Website und in Social Media
- Spende von 52 € auf eine Startnummer und am großen Gewinnspiel teilnehmen! (Preise im Wert von 40 €)
- Spende von 26 € auf eine Startnummer und am kleinen Gewinnspiel teilnehmen! (Preise im Wert von 20 €)



WARM-UP MIT FIT'N'FUN BINGEN:

Ab 10:00 Uhr wird für alle Läufer ein kleines Warm-Up von Fit'N'Fun Bingen durchgeführt.



MASSAGEN - UMKLEIDE - DUSCHEN - VERWAHRUNG:

- ab 16:30 Uhr kostenlose Massagen für Läuferinnen und Läufer (unter Vorbehalt)
- Umkleiden stehen den Läufern im NH-Hotel zu Verfügung
- Außendusche mit klarem Wasser am Rhein-Nahe-Eck (unter Vorbehalt)
- Gepäck, Rucksäcke können im NH Hotel verwahrt werden (keine Haftung)



ÖFFENTLICHES RAHMENPROGRAMM AB 09:00 UHR:

- Aktions-Stand der Kinderkrebshilfe Mainz e. V.
- Live-Talk mit Klaus-Peter Hildenbrand:
Bronzemedaille bei den olympischen Spielen in Montréal
- Kaffee und Kuchen
- Bratwurst und Brötchen und Brezel
- Pommes und Currywurst
- Eiscrème
- frisch gezapftes Bier



AFTER-RUN-PARTY:

- Live-Musik ab 18:00 Uhr – 23:00 Uhr
- Beatmission (Live)
- Terztanz (Live)
- Gin-Lounge
- Wein und Gin Ausschank durch Weingut Hemmes
- frisch gezapftes Bier



STARTSCHUSS 52KM UND 26KM IN BINGEN AM RHEIN:

- 10:30 Uhr erfolgt der Startschuss am Rhein-Nahe-Eck.
- Parkmöglichkeiten (hinter dem NH-Hotel / Museum am Strom)
- Fußweg vom Stadtbahnhof Bingen zum Rhein-Nahe-Eck: 800 m (10 min)
- Fußweg vom Hauptbahnhof Bingen zum Rhein-Nahe-Eck: 750 m (10 min)



5 STRECKENPOSTEN:

- Trechtingshausen
- Niederheimbach
- Bacharach (Wendestelle 26 km)
- Oberwesel
- St. Goar (Wendestelle 52 km)