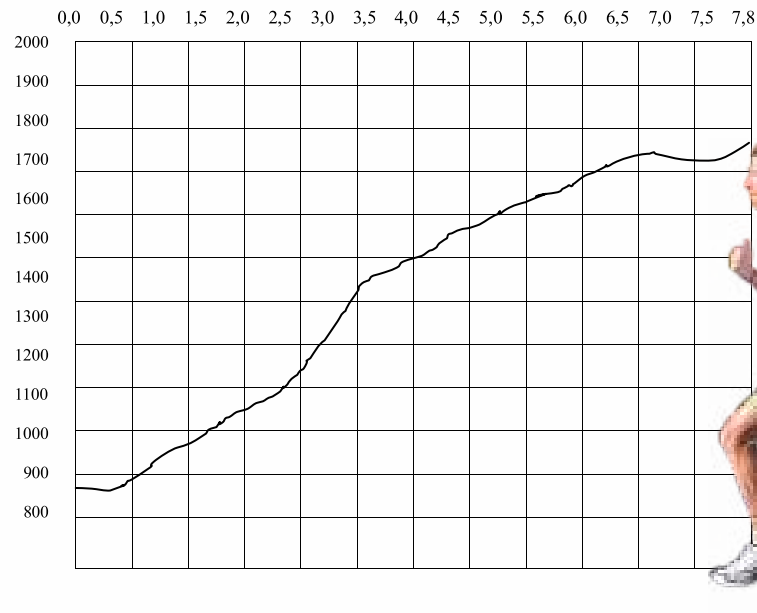


## HÖHENPROFIL HOCHALMLAUF:



**STRECKENINFO:** Nach anfänglich 600 m Asphalt führt die Strecke 1900 m über eine 6 m breite Forststrasse (Skiweg). Nach der ersten Labestation folgt ein 700 m langer, bis zu 30% steiler, Wanderweg. Über eine Schotterstrasse geht's weiter zur Heimalm, wo sich die nächste Labestation, Start der Schüler, Jugend, AK 75 und AK 80 befindet. Nach weiteren 2000 m Schotterstrasse, vorbei an der dritten Labestation biegt man auf einen wunderschönen, ca. 3 m breiten Wanderweg auf dem „Hochbühel“. Danach folgt ein ca. 200 m langes Bergstück. Nach 400 m flachem Wanderweg kommt der Schlußanstieg zur Hochalmhütte!

Einen Fernsehbeitrag vom Hochalm Lauf findest Du auf [www.lc-rauris.at](http://www.lc-rauris.at)

SPORT  
UNION  
RAURIS



Der LC-Rauris  
bedankt sich  
bei allen  
Sponsoren.



Rauriser  
HOCHALM  
BAHNEN



Der Weg ist steil, der Weg ist steinig  
und auch Du wirst gepeinigt ...  
... Bergrestaurant Hochalm

UNIQA

Generalagentur  
Oberlechner & Partner

HM-MEDIA  
WERBUNG | DESIGN | TEXTIL

lc-Rauris.at

ÖLV-Nr. 4058/23

AUSTRIAN ATHLETICS  
ÖLV SLV

# 36. Hochalm Lauf

in Memoriam Nick Granegger

powered by Knödel-Baron



in **Rauris**  
**06.08.2023**

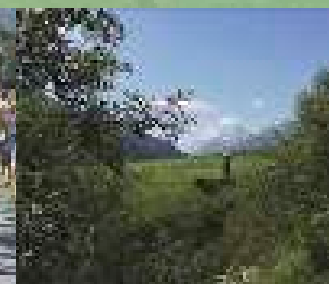
Info und Anmeldung:

[www.lc-rauris.at](http://www.lc-rauris.at)

Robert Wallner - 0664/1122020

Der Hochalm Lauf zählt zum Int. Österreichischen Berglaufcup

[www.berglaufcup.com](http://www.berglaufcup.com)



# 36. Hochalmlauf

Der Hochalmlauf zählt zum Int. Österreichischen Berglaufcup, daher gilt das Reglement des OEBLC!  
ÖLV-Nr. 4058/23      [www.berglaufcup.com](http://www.berglaufcup.com)



**VERANSTALTER:** LC - Rauris

**WANN:** Sonntag, 06. August 2023

**START:** **Hochalmlauf:**  
10.00 Uhr bei der Wischtl Hitt'n in Rauris (Talstation HABAG)  
**Schüler, Jugend, AK 75 m/w, AK 80 m/w:**  
10.00 Uhr, Heimalm  
(erreichbar mit der Hochalmbahn bis Mittelstation)

**ZIEL ALLER KLASSEN:** Bergrestaurant "Hochalm"

**STARTNUMMERN-AUSGABE:** 06. August 2023 von 7.30-9.00 Uhr  
Wischtl Hitt'n Rauris (Talstation Hochalmbahnen)  
Parkmöglichkeit: Liftparkplatz der Rauriser  
Hochalmbahnen

**STRECKENLÄNGE:** 7600 m für alle Hauptklassen  
3500 m für Schüler, Jugend, AK 75 m/w, AK 80 m/w

**HÖHENDIFFERENZ:** 840 m für alle Hauptklassen  
295 m für Schüler, Jugend, AK 75 m/w, AK 80 m/w

**LABESTATIONEN:** Start, 2500 m, 4300 m, 5700 m, Ziel

**PREISE:** Für die ersten Drei aller Klassen

**ANMELDUNG:** [www.lc-rauris.at](http://www.lc-rauris.at)  
email: [info@lc-rauris.at](mailto:info@lc-rauris.at)  
Robert Wallner - 0664/1122020

**NENNSCHLUSS:** Mittwoch, 02. August 2023      **!!! ACHTUNG !!!**

**NENNGELD:** € 18,-- für Hauptklassen,  
€ 10,-- für Schüler, Junioren, AK 75 m/w, AK 80 m/w  
*Startgeschenk für Voranmeldungen bis!*

**NACHNENNUNG:** 06. August 2023, bis 9.00 Uhr bei der Wischtl Hitt'n  
Rauris (Talstation Hochalmbahnen)  
**!!! NENNGELD NACHNENNUNG: € 25,--**

**KLEIDERTRANSPORT INS ZIEL:** Der Kleidersack ist bis 9.30 Uhr im jeweiligen  
Startbereich abzugeben.

**DUSCHE, UMKLEIDEN:** Sportstüberl Rauris, Fussballplatz

**SANITÄTSDIENST:** Rotes Kreuz Rauris, Diensthabender Arzt

**VERSICHERUNG:** *Durch die Anmeldung verzichtet der Teilnehmer  
auf alle Rechtsansprüche gegen den Veranstalter!*

**STRECKENSICHERUNG  
UND LABESTATIONEN:** LC - Rauris

**SIEGEREHRUNG:** ca. 13.00 Uhr auf der Baron-Alm (Heimalm)

**ZEITNEHMUNG:** BGL - Zeitnahme

## KLASSENEINTEILUNG:



Schüler 1 m/w 10	2014 und jünger	3500 m
Schüler 2 m/w 12	2012 / 2013	3500 m
Schüler 3 m/w 14	2010 / 2011	3500 m
Jugend m/w	2008 / 2009	3500 m
AK 75 m/w	1944 - 1948	3500 m
AK 80 m/w	1943 und älter	3500 m
Junioren m/w	2004 - 2007	7800 m
Hauptklasse m/w	1989 - 2003	7800 m
AK 35 m/w	1984 - 1988	7800 m
AK 40 m/w	1979 - 1983	7800 m
AK 45 m/w	1974 - 1978	7800 m
AK 50 m/w	1969 - 1973	7800 m
AK 55 m/w	1964 - 1968	7800 m
AK 60 m/w	1959 - 1963	7800 m
AK 65 m/w	1954 - 1958	7800 m
AK 70 m/w	1949 - 1953	7800 m

**IM STARTGELD INKLUDIERT:** Benützung Rauriser Hochalmbahn + Mittagessen +  
Getränke und Obst an den Labestationen

*Sondertarif für alle Zuschauer bei den Hochalmbahnen (bis 10.15 Uhr).*