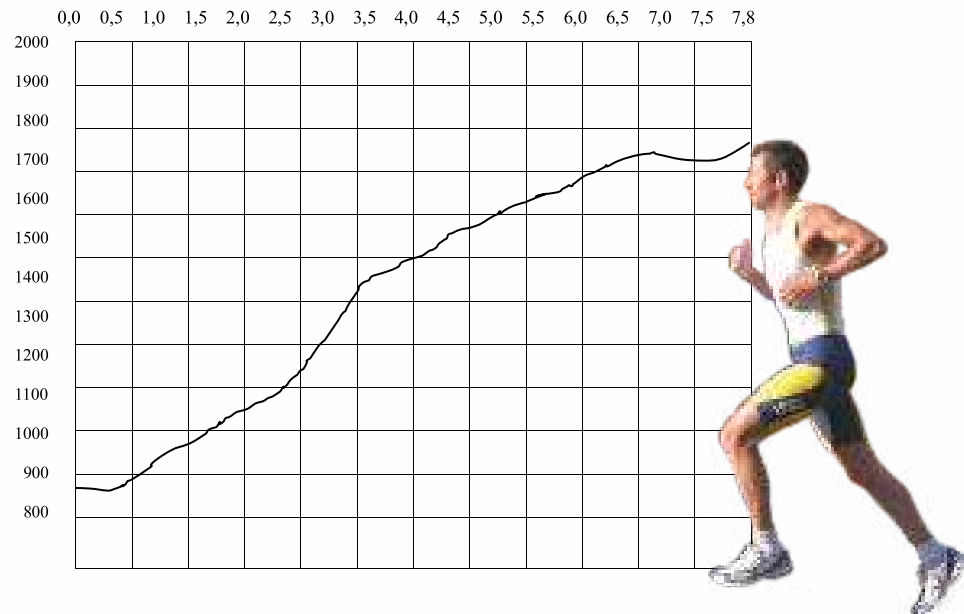


HÖHENPROFIL HOCHALMLAUF:



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 Hochalmmlauf findest Du auf 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. 4058/24

AUSTRIAN ATHLETICS
ÖLV SLV

37. Hochalmmlauf

in Memoriam Nick Granegger

Salzburger Landesmeisterschaft
im Berglauf

powered by Knödel-Baron



in **Rauris**
04.08.2024

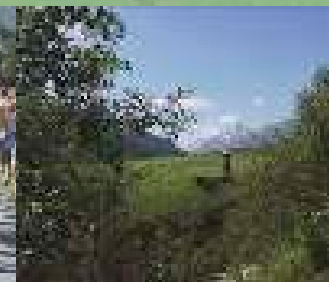
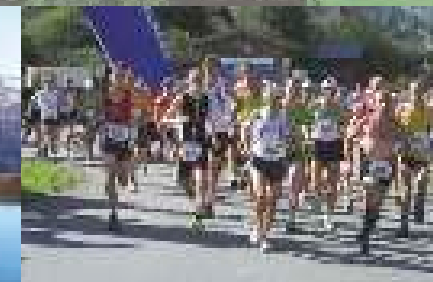
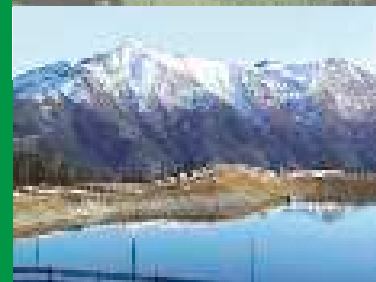
Info und Anmeldung:

www.lc-rauris.at

Robert Wallner - 0664/1122020

Der Hochalmmlauf zählt zum Int. Österreichischen Berglaufcup

www.berglaufcup.com



37. Hochalmlauf

Salzburger Landesmeisterschaft im Berglauf

Der Hochalmlauf zählt zum Int. Österreichischen Berglaufcup, daher gilt das Reglement des OEBLC!

ÖLV-Nr. 4058/24

www.berglaufcup.com



VERANSTALTER: LC - Rauris

WANN: Sonntag, 04. August 2024

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

ZIEL ALLER KLASSEN: Bergrestaurant "Hochalm"

STARTNUMMERN-AUSGABE: 04. August 2024 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 80 m/w

HÖHENDIFFERENZ: 840 m für alle Hauptklassen
295 m für Schüler, Jugend, 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
email: info@lc-rauris.at
Robert Wallner - 0664/1122020

NENNSCHLUSS: Mittwoch, 31. Juli 2024 **!!! ACHTUNG !!!**

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

NACHNENNUNG: 04. August 2024, 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

WETTKAMPFLEITUNG: Monika Staggl

KLASSENEITEILUNG:



Schüler 1 m/w 10	2015 und jünger	3500 m
Schüler 2 m/w 12	2013 / 2014	3500 m
Schüler 3 m/w 14	2011 / 2012	3500 m
Jugend m/w	2009 / 2010	3500 m
AK 80 m/w	1944 und älter	3500 m
Junioren m/w	2005 - 2008	7800 m
Hauptklasse m/w	1990 - 2004	7800 m
AK 35 m/w	1985 - 1989	7800 m
AK 40 m/w	1980 - 1984	7800 m
AK 45 m/w	1975 - 1979	7800 m
AK 50 m/w	1970 - 1974	7800 m
AK 55 m/w	1965 - 1969	7800 m
AK 60 m/w	1960 - 1964	7800 m
AK 65 m/w	1955 - 1959	7800 m
AK 70 m/w	1950 - 1954	7800 m
AK 75 m/w	1945 - 1949	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).