

# INFOS ZUM LAUF



## Start & Ziel

Der Start und das Ziel befinden sich auf dem König-Heinrich-Platz, direkt vor dem CityPalais in der Duisburger Innenstadt.

Hier wird zudem die **After-Run-Area** aufgebaut, in der Ihr euch nach dem Lauf bei Getränken und einem leckeren kleinen Frühstück entspannen könnt.

Im Foyer des CityPalais befinden sich die Startnummernausgabe, Taschenabgabe, Umkleiden sowie Toiletten & Duschen.

### Adresse Start- und Ziel:

König-Heinrich-Platz 1  
47051 Duisburg

### Adresse des CityPalais:

CityPalais Duisburg  
Königstr. 55A  
47051 Duisburg

---

## Anfahrt & Parken

So gelangt ihr zum BIG CITY TRAIL DUISBURG:

**Adresse:** CityPalais Duisburg  
Königstr. 55A  
47051 Duisburg

**Navigationssysteme:** Averdunkstr. 1  
47051 Duisburg  
(führt Sie direkt ins Parkhaus)

**Parkplätze:** kostenpflichtige Parkplätze befinden sich im Parkhaus des CityPalais

**Öffentliche Verkehrsmittel:** U79 bis König-Heinrich-Platz

# INFOS ZUM LAUF



## Zeitplan

### Zeitplan:

ab 8.00 Uhr: Abholung der Startunterlagen und T-Shirts, Eröffnung der Taschenaufbewahrung

9.20 Uhr: Warm-Up 1. Startwelle

9.30 Uhr: Start 1. Welle

9.45 Uhr: Start 2. Welle

10.00 Uhr: Start 3. Welle

## Strecke

Die Strecke verläuft quer durch die Duisburger Innenstadt und hat viele spannende Ecken zu bieten.



Insgesamt ist die Strecke knapp 8 km lang und kann laufend oder walkend zurückgelegt werden. Verschiedene Aktionen laden unterwegs aber zu der einen oder anderen Pause ein. Zwischendurch bleibt natürlich auch Zeit, hier und da ein schickes Selfie zu machen!

# INFOS ZUM LAUF



---

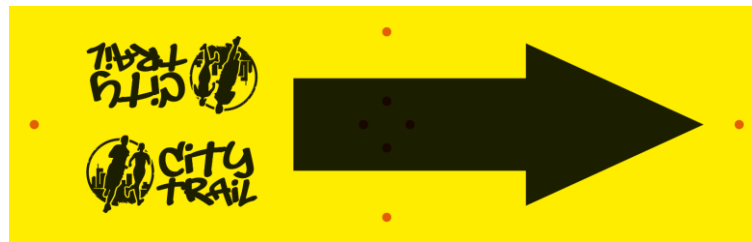
## Wichtige Hinweise:

1. Beim BIG CITY TRAIL DUISBURG geht es mitten durch den Großstadtdschungel. Straßen müssen gekreuzt oder Ampeln überquert werden. Auch wird es vorkommen, dass normale Passanten den Weg kreuzen. Hierbei hat jeder Teilnehmer die Pflicht, sich an die geltenden Verkehrsregeln (StVO) zu halten. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr und eigenes Risiko!
2. Die Strecke verläuft über weitgehend asphaltierte Gehwege und Straßen, durch Gebäude hindurch, über Treppen und Stufen. Wir bitten daher alle Teilnehmer aufmerksam und vorsichtig zu laufen, nicht zu drängeln, Abstand zu halten und gegenseitig Rücksicht zu nehmen. Vielen Dank!

---

## Streckenmarkierung

Die Laufstrecke wird durch **gelbe Pfeilschilder** und **Sprühmarkierungen** gekennzeichnet. An vielen Stellen stehen zusätzlich **Streckenposten**, die euch den Weg weisen. Bitte achtet beim Laufen auf unsere Markierungen, damit Ihr auch den richtigen Weg findet!



---

## Startnummernausgabe & Ausgabe der T-Shirts

Die Startnummern können am **26. Mai ab 8.00** im **Foyer des CityPalais** abgeholt werden.

Damit es schneller geht und keine großen Schlangen entstehen: Bitte sucht bereits vorher die euch zugewiesene Startnummer heraus. Diese könnt ihr in unserer Online-Starterliste einsehen oder den ausgehängten Listen am Eingang entnehmen. Die Startnummer kann bei Bedarf auch von einem Vertreter abgeholt werden. Das Vorzeigen der Anmeldebestätigung ist als Nachweis ausreichend.

Vorbestellte **T-Shirts** können an einem separaten Schalter abgeholt werden. Dort stehen auch noch geringe Restmengen zum Verkauf bereit.

**Anbringung der Startnummer:** Die Startnummer ist oberhalb der Kleidung vorne auf dem Körper anzubringen. Bitte nicht verdecken, damit unsere Helfer, Ordner und Rettungskräfte erkennen, dass ihr zu unserer Veranstaltung gehört.

**Anfeuern erwünscht:** Auf der Startnummer wird der jeweilige Vorname abgedruckt, damit euch Zuschauer sowie andere Teilnehmer optimal anfeuern können.

**Notfall-Informationen:** Auf der Rückseite der Startnummer befindet sich ein Notfall-Fragebogen mit Infocfeldern zu vorhandenen Erkrankungen, Medikamenten oder Ansprechpersonen. Falls es doch einmal zu medizinischen Problemen kommen sollte, haben unsere Rettungskräfte alle wichtigen Informationen direkt im Blick. **Bitte ausfüllen!**

# INFOS ZUM LAUF



---

## Ummeldungen & Nachmeldungen

Der Schalter für Nach- und Ummeldungen befindet sich ebenfalls im **Foyer des CityPalais**.

**Ummeldungen:** Sollte doch noch etwas dazwischenkommen, kann der Startplatz auf eine andere Person umgeschrieben werden. Dein Nachfolger benötigt nur deine Anmeldebestätigung und kann den Platz gegen 5 € Gebühr umschreiben lassen.

**Nachmeldungen:** Noch spontan am BIG CITY TRAIL DUISBURG teilnehmen?  
Kein Ding, wenn Du am 26. Mai bis spätestens 9.00 Uhr bei der Startnummernausgabe bist.

Startgebühr für Nachmelder: 33,00 €

---

## Duschen, Umkleiden & Kleideraufbewahrung

### Duschen & Umkleiden

Umkleidemöglichkeiten und Duschen stehen im Foyer des CityPalais zur Verfügung. Bitte der Ausschilderung folgen.

### Kleideraufbewahrung:

Während des Laufes können Taschen bei unserer kostenlosen Kleideraufbewahrung im Foyer des CityPalais abgegeben werden. Bitte der Ausschilderung folgen! Für Wertsachen wird keine Haftung übernommen!

---

## Wellen-Starts

Beim BIG CITY TRAIL DUISBURG kann es an vereinzelt Streckenabschnitten, beispielsweise an Türen oder in Fluren, auch mal etwas enger werden. Damit es zu keinen langen Schlangen und Staus kommt, starten wir in verschiedenen Wellen mit einem Abstand von 15 Minuten.

### Zeitplan:

Start 1. Welle: 9.30 Uhr

Start 2. Welle: 9.45 Uhr

Start 3. Welle: 10.00 Uhr

### In welcher Startwelle starte ich?

Die Einteilung der Startwellen kann [Hier](#) eingesehen werden.

### Kann ich die Startwelle wechseln, um mit meinen Freunden zusammen zu laufen?

Ein Wechsel von einer früheren in eine spätere Startwelle ist jederzeit und ohne Anmeldung möglich.

### Beispiel:

Läufer 1 wurde Startwelle 1 zugeordnet, Läufer 2 wurde Startwelle 2 zugeordnet.

Beide zusammen können in Startwelle 2 starten. Ein gemeinsamer Start in Welle 1 ist **NICHT** möglich.

# INFOS ZUM LAUF



---

## Zeitmessung

Beim BIG CITY TRAIL DUISBURG geht es um den Spaß und das Erlebnis!

Daher spielt die gelaufene Zeit keine Rolle und wir verzichten auf eine offizielle Zeitmessung. Entlang der Strecke warten spannende Gebäude, Sehenswürdigkeiten und Aktionen auf euch, an denen sich auch zwischendurch eine Pause lohnt.

Wer trotzdem zwischendurch einmal auf die Zeit gucken will, kann natürlich gerne selber mitstoppen.

---

## Finisher-Medaille

Der BIG CITY TRAIL DUISBURG soll ein besonderes Erlebnis werden. Als kleine Erinnerung und Anerkennung der Leistung erhält jeder Finisher im Ziel eine hochwertige Medaille.

Tragt sie mit viel Freude und Stolz!

---

## After-Run-Frühstück powered by DÖBBE

Wer die ca. 8 km lange Strecke beim BIG CITY TRAIL DUISBURG erfolgreich hinter sich gebracht hat, muss sich natürlich anschließend entsprechend belohnen und die Speicher wieder auffüllen.

Hierzu erhält jeder Finisher im Ziel sein persönliches Frühstücks-Package bestehend aus frischen Backwaren, einem Getränk und einem Kaffee.

So kann man entspannt und gemütlich mit den anderen Teilnehmern zusammensitzen und den Lauf ausklingen lassen.

# INFOS ZUM LAUF



---

## Fotos

**Fotos entlang der Strecke:** An verschiedenen Punkten stehen unsere Fotografen und machen Fotos. Wenn ihr einen seht, zeigt was ihr könnt und dass die Kamera euch liebt! Eine Auswahl der Fotos wird später auf unserer Homepage unter „Fotos“ und auf Facebook online gestellt.

**Knips-Kumpel:** Entlang der Strecke stehen Knipskumpel, die für Dich mit deinem Smartphone ein Erinnerungsfoto schießen. So könnt Ihr euch alleine oder als Gruppe fotografieren lassen und habt das Foto direkt auf eurem Smartphone!

Unterwegs findet Ihr zusätzlich bei einigen Streckenhighlights **Foto-Stationen**, bei denen Ihr ein Erinnerungsfoto von einem Fotografen vor einer Fotowand machen könnt. Folgende Streckenhighlights verfügen über eine Fotostation: **TARGOBANK, Radio Duisburg & das Stadthistorische Museum.**

**Gewinnspiel:** Im Verlauf der Strecke versteckt sich Mr. BIG. Finde ihn und schieße ein Selfie mit ihm, um am Gewinnspiel der BIG direkt gesund Krankenkasse teilzunehmen.

Alle Fotos werden kurz nach dem Lauf auf unserer Homepage unter "Fotos" veröffentlicht und können **kostenlos** heruntergeladen werden.

Posten auf Instagram und Facebook ausdrücklich erwünscht! **#bigcitytrail** und **#bigmoment**

---

## Teilnehmerurkunden

Nach dem Lauf könnt ihr auf unserer Homepage eure Teilnehmerurkunden herunterladen und ausdrucken.

---

## Kontakt zum Veranstalter:

**Bunert Marketing GmbH**  
Am Grünen Grund 164  
47249 Duisburg  
[www.bunert-marketing.de](http://www.bunert-marketing.de)



Mail: [info@duisburg-city-trail.de](mailto:info@duisburg-city-trail.de)  
Homepage: [www.duisburg-city-trail.de](http://www.duisburg-city-trail.de)  
Facebook: [www.facebook.com/duisburgcitytrail](https://www.facebook.com/duisburgcitytrail)  
Instagram: [www.instagram.com/duisburgcitytrail](https://www.instagram.com/duisburgcitytrail)