



46. Pustertaler Ski-Marathon

INFO-BLATT / FOGLIO INFORMAZIONI / INFO SHEET UPDATED!!!!

08.01.2022 – 30 + 62 km CLASSIC

RENNBÜRO/UFFICIO GARE/RACE OFFICE

07.01.2022: 14.00 – 19.00 “Kulturhaus/Casa Culturale” Niederdorf/Villabassa

08.01.2022: 07.30 – 09.30 “Haus Sexten/Casa Congressi” Sexten/Sesto

Bitte beachten, dass jeder Teilnehmer seine Startnummer persönlich abholen muss, damit wir den persönlichen „Green Pass“ kontrollieren können.

Si prega di notare che ogni partecipante deve ritirare il pettorale personalmente in modo che possiamo controllare il suo "Green Pass".

Please note that each participant must collect their race number personally so that we can check the personal "Green Pass".

WACHSSERVICE / SCIOLINATURA / WAXING (NICHT IM PREIS INKLUDIERT – NON INCLUSO NELLA QUOTA D’ISCRIZIONE – NOT INCLUDED IN THE REGISTRATION FEE)

Standard-Waxing (HF + Steigwachs/tenuta/kick wax)

07.01.2022: 14.00 – 19.00 “Kulturhaus/Casa Culturale” Niederdorf/Villabassa

08.01.2022: 14.00 – 19.00 “Kulturhaus/Casa Culturale” Niederdorf/Villabassa

Profi-Waxing (mit/con/with CERA) → Kraler Sport, Dobbiaco

Die Wachsempfehlung der Firma Maplus wird am Vortag des Rennens veröffentlicht – Il giorno prima della gara sarà pubblicato il consiglio sciolinatura della Maplus - The wax recommendation from Maplus will be published the day before the race.

START/PARTENZA

- Sexten/Waldheim um **10.00 Uhr** – alle Startgruppen, kein Wellenstart
- Sesto/Waldheim alle **10.00** – tutti assieme, non ci sarà la partenza a scaglioni
- Sexten/Waldheim at **10 am** – all together, no wave start

(Start VISMA Ski-Classics: 8.15)

STARTGRUPPEN/GRUPPI DI PARTENZA/START GROUPS

- ELITE: 1001 – 1050
- Block/Gruppo/Group 1: 1051 - 1250
- Block/Gruppo/Group 2: 1251 - 1500

ZEITSCHRANKEN/CANCELLI DI CHIUSURA/TIME LIMITS

- **11.30** – Innichen (Überquerung Staatsstraße) / San Candido (Attraversamento strada statale) / San Candido (road crossing) – KM 10,0
- **12.30** – Toblach (Nordic Arena) / Dobbiaco (Nordic Arena) – KM 22,0

Nach 12.30 muss jeder Teilnehmer auf die 30 km Strecke abzweigen.

Dopo le 12.30 ogni partecipante deve fare la 30 km.

After 12.30 every participant must do the 30 km course.

- **15:00** – Toblach (Nordic Arena) / Dobbiaco (Nordic Arena) – KM 52,0
- **16:30** – Ziel Niederdorf / Arrivo Villabassa / Finish Villabassa – KM 62,0



Überall dort, wo eine Doppelloipe mit Gegenverkehr gespurt ist, **bitte links halten** / Ovunque ci sia un doppio binario con sciatori in controsenso, si prega di **tenere la sinistra** / Wherever there is a double track with oncoming traffic, please keep **to the left side**.

VERPFLEGUNG – SERVICE / RISTORI – SERVICE / REFRESHMENTS – SERVICE

KM 0,0: Start Sexten/Sesto	Erste Hilfe, WC, Stockservice, Shuttlebus Pronto Soccorso, WC, cambio bastoni, navetta First aid, toilets, pole service, shuttle bus
KM 22,0: Nordic Arena Toblach/Dobbiaco	Verpflegungsstelle, Stockservice, Wachsservice Ristoro, cambio bastoni, sciolinatura Refreshment, pole service, wax service
KM 27,0 + 48,0: Kriegerfriedhof / Cimitero di Guerra / War Cemetery (nur/solo/only 62 km)	Verpflegungsstelle, Stockservice, Wachsservice Ristoro, cambio bastoni, sciolinatura Refreshment, pole service, wax service
KM 62,0 / KM 30,0: Ziel/Arrivo/Finish Niederdorf/Villabassa	Erste Hilfe, WC, Shuttlebus, Endverpflegung Pronto Soccorso, WC, navetta, ristoro finale First aid, toilets, shuttle bus, final catering

Aufgrund der geltenden COVID-Richtlinien, mussten die Verpflegungsstellen entlang der Strecke leider auf ein Minimum reduziert werden / A causa dei regolamenti COVID in vigore, i punti di ristoro lungo il percorso purtroppo hanno dovuto essere ridotti al minimo / Due to the COVID guidelines in force, the refreshment points along the track unfortunately had to be reduced to a minimum.

Als Endverpflegung erhalten die Teilnehmer nach dem Zieleinlauf ein Lunch-Paket / Come ristoro finale, i partecipanti riceveranno un "lunch-package" dopo aver tagliato il traguardo / As a final refreshment, participants will receive a lunch-package after crossing the finish line.

Wir bitten alle Teilnehmer, dass die Stöcke, die beim Stockservice ausgetauscht wurden, im Ziel abgegeben werden / Preghiamo tutti i partecipanti di consegnare i bastoni cambiati al servizio bastoni all'arrivo / We ask all participants that the poles that were exchanged at the pole service are handed in at the finish line.

ACHTUNG: Die Transponder müssen im Ziel abgegeben werden. Ansonsten werden dafür 30,00 € verrechnet.

ATTENZIONE: I transponder devono essere consegnati all'arrivo. Altrimenti saranno addebitati € 30,00.

ATTENTION: The transponders (chips) must be handed in at the finish. Otherwise € 30.00 will be charged.

KLEIDERSÄCKE/SACCHI VESTIARIO/CLOTHING BAGS

Wenn Sie einen Kleidersack benötigen, fragen Sie bitte bei der Startnummernausgabe danach. Dieser wird mit der Startnummer versehen und muss dann vor dem Start gut verschnürt auf das bereitstehende Fahrzeug geladen werden. Es dürfen ausschließlich die vom Organisationsteam ausgehändigten Kleidersäcke verwendet werden. Für Wertsachen im Kleidersack übernimmt das Organisationskomitee keine Haftung!

Se avete bisogno di sacco vestiario, chiedetelo al ritiro pettorali. Questo sarà segnato con il numero di partenza e deve poi essere caricato ben legato sul veicolo in attesa prima della partenza. Si possono usare solo i sacchi consegnati dalla comitato organizzativo. Il comitato non si assume alcuna responsabilità per gli oggetti di valore nella borsa dei vestiti!

If you need a clothing bag, please ask for it at the bib distribution. This will be signed with the start number and must then be loaded well tied onto the waiting vehicle before the start. Only the clothes bags handed out by the organization team may be used. The organizing committee assumes no liability for valuables in the clothes bag!

UMKLEIDERAUM & DUSCHEN / SPOGLIATOI & DOCCIE / CHANGING ROOMS AND SHOWERS

Aufgrund der aktuellen Covid Richtlinien untersagt / Vietato a causa del regolamento Covid in vigore / Prohibited due to current Covid guidelines!



KOSTENLOSER BUS SERVICE/SERVIZIO PULLMAN NAVETTA GRATUITO/FREE SHUTTLE BUS SERVICE

- **8.15: Niederdorf/Villabassa - Hauptplatz / piazza principale / main square**
- **8.25: Toblach/Dobbiaco - Tourismusverein / ufficio turistico / tourist info office**
- **8.35: Innichen/San Candido – Haunold / Baranci**
- **8.45: Sexten/Sesto – Hauptplatz / piazza principale / main square**
- **8.50: Sexten/Sesto Waldheim – Start**

Ab 12.00 Uhr: durchgehender Busdienst von Niederdorf nach Sexten

Dalle ore 12.00: servizio pullman continuato da Villabassa a Sesto

From 12.00: continuous shuttle bus service from Villabassa to Sesto

Wir weisen darauf hin, dass die Parkplätze bei der Talstation der Seilbahn in Sexten auf jeden Fall sofort **nach dem Start geräumt werden müssen** / Avvisiamo che i parcheggi presso la funivia di Sesto devono essere **liberati assolutamente subito dopo la partenza** / We inform all participants that the parking spaces at the cable car in Sesto must **be left immediately after the start in any case!**

SIEGEREHRUNG / PREMIAZIONI / PRIZE GIVING CEREMONY

Die Preisverteilung findet um 14.00 am Hauptplatz von Niederdorf statt. Offiziell prämiert werden aufgrund der aktuellen Covid-Richtlinien nur die ersten 3 Athleten der Gesamtwertung. Die ersten 3 Athleten der einzelnen Kategorien holen ihren Preis im Gemeindehaus von Niederdorf ab.

La premiazione sarà fatta alle 14.00 sulla piazza principale di Villabassa. A causa del regolamento Covid, solo i primi 3 atleti della classifica generale saranno ufficialmente premiati. I primi 3 atleti di ogni categoria ritireranno il loro premio nel comune di Villabassa.

The prize giving will take place at 14.00 on the main square in Villabassa. Due to the current Covid guidelines, only the first 3 athletes of the overall ranking will be officially awarded. The first 3 athletes of each category will pick up their prize in the municipality hall of Villabassa.

SPORTÄRZTLICHES ATTEST / CERTIFICATO MEDICO / SPORTS MEDICAL CERTIFICATE

Diese Regelung gilt nur für italienische Staatsbürger. Es werden folgende Dokumente zur Aushändigung der Startnummer benötigt (ACHTUNG! Die FISU "tessera" ersetzt nicht die Tauglichkeitsbescheinigung)

- „Sportärztliches Attest“ (D.M. 18.02.82) gültig am 08-09.01.2022, ausgestellt für die Disziplin Skilanglauf bzw. Ski Nordisch
- ärztliche Tauglichkeitsbescheinigung gemäß Ministerialerlass vom 24.04.2013 Art. 4 (Anhang D - Tätigkeiten mit besonderer und hoher kardiovaskulärer Belastung) gültig am 08-09.01.2022, vom Facharzt für Sportmedizin oder vom Allgemeinmediziner ausgestellt.

La seguente regola vale solo per SOLO cittadini italiani. Per ritirare il pettorale, i partecipanti devono consegnare (ATTENZIONE! La tessera FISU non sostituisce il certificato medico):

- un „attestato medico-sportivo“ (D.M. 18.02.82) valido in data 08-09.01.2022 per le discipline “sci di fondo” o “sci nordico”
- un certificato di idoneità medica ai sensi del D.M. del 24.04.2013 art. 4 (Allegato D – Attività di particolare ed elevato impegno cardiovascolare) valido in data 08-09.01.2022, rilasciato dal medico specialista in medicina dello sport o dal medico di medicina generale.

This regulation only applies to Italian citizens. To following documents are required to receive the bib (ATTENTION! “Tessera FISU” does not replace the certificate):

- „Sports Medical Certificate“ (D.M. 18.02.82) valid on 08-09.01.2022 for the disciplines cross-country skiing or nordic skiing.
- Medical fitness certificate according to Ministerial Decree of 24.04.2013 Art. 4 (Annex D - Activities with special and high cardiovascular stress) valid on 08-09.01.2022



COVID RICHTLINIEN / REGOLAMENTO COVID / COVID GUIDELINE

Die Teilnahme an der Veranstaltung ist ausschließlich mit einem **2G-Nachweis (GEIMPFT ODER GENESEN)** und nach Abgabe des ausgefüllten Gesundheitsfragebogens der FISJ erlaubt. Außer während des Rennens, müssen durchgehend **FFP2-Masken getragen werden**. Das vollständige COVID Protokoll finden Sie unter: <https://www.ski-marathon.com/covid-info/>

La partecipazione all'evento è consentita solo con **GREEN PASS RAFFORZATO (VACCINAZIONE O GUARIGIONE)** e dopo la consegna del questionario sulla salute della FISJ compilato. Tutti devono indossare mascherine FFP2, **in zona partenza e anche in zona arrivo**. Il protocollo COVID completo può essere scaricato su: <https://www.ski-marathon.com/covid-info/>

Participation in the event is only allowed if you are (**VACCINATED OR RECOVERED**) and after submission of the completed FISJ health questionnaire. **FFP2-Masks have to be worn, also in tart and arrival zone**. The complete COVID protocol can be found at: <https://www.ski-marathon.com/covid-info/>

ALLGEMEINE INFORMATIONEN / INFORMAZIONI GENERALI / GENERAL INFORMATION

Um unsere einzigartige Umwelt zu schonen, bitten wir alle Teilnehmer ausdrücklich, keinen Müll in Form von Verpackungen, Flaschen, Masken usw. entlang der Strecke oder beim Start zurückzulassen. Ansonsten führt dies zur Disqualifikation.

Per proteggere il nostro ambiente unico, chiediamo assolutamente a tutti i partecipanti di non lasciare rifiuti in forma di imballaggi, bottiglie, maschere ecc. lungo il percorso o alla partenza. Altrimenti questo porterà alla squalifica.

In order to protect our unique environment, we expressly ask all participants not to leave any rubbish in the form of packaging, bottles, masks, etc. along the course or at the start. Otherwise this will lead to disqualification.