



PRESSEMELDUNG

Concurio legionarius... zum Angriff, Legionär!

Veranstalter des BraveheartBattle startet neuen Cross-Lauf LimesRun in Bad Gögging

Bad Kissingen, 1. Oktober 2012 ---- Am 19. Oktober 2013 findet in Bad Gögging / Neustadt an der Donau der erste [LimesRun](#) statt, eine Mischung aus Extrem-, Trail- und Fun Run. Veranstalter ist die [PAS-TEAM Ltd.](#), die mit dem [BraveheartBattle](#) einen der härtesten Abenteuerläufe Europas etabliert hat. Und auch der LimesRun wird nichts für Weicheier: Auf einer Naturstrecke von ca. 20 Kilometern müssen die Teilnehmer eine Vielzahl künstliche und natürliche Hindernisse überwinden. Die maximale Zeit für den Parcours beträgt vier Stunden. Wer diese Zeit überschreitet oder ein Hindernis auslöst, wird disqualifiziert.

Der LimesRun wird sich durch eine sehr anspruchsvolle Naturstrecke auszeichnen, die in einem Rundkurs rund um Bad Gögging führt und dabei möglichst wenig asphaltierte Wege nutzt. Stattdessen führt der Parcours über Wald- und Feldwege, zum Teil auch durch Gebiete ohne feste Wege. Viele Herausforderungen für die Läufer ergeben sich aus diesem Naturparcours. Dazu gehören anstrengende Aufstiege, Abschnitte, bei denen es quer durch den Wald oder durch Moore geht, oder unwegsame Hohlwege mit Bachläufen, Steinen, verrottenden Bäumen und Gestrüpp. Hätetests sind auch Seen und Flüsse, die auch bei Kälte durchschwommen werden müssen.

Die Naturstrecke wird mit künstlichen Hindernissen zum Klettern, Kriechen, Balancieren und Überspringen aufgestockt, um den Schwierigkeitsgrad zu erhöhen. Zusätzliche Spannung bringt das unberechenbare Wetter im Oktober: Ob es kalt und nass und die Strecke schlammig und rutschig ist oder ob es sonnig und warm ist, wird der Herbst 2013 zeigen.

Teilnehmer

Mit dem Lauf spricht der Veranstalter vor allem Sportler an, die auch in der Natur trainieren, nicht im Fitness-Center, und die deshalb gerade die Grenzen überwinden wollen, die sich aus natürlichen Hindernissen ergeben: Typische Teilnehmer sind Triathleten, Ultra- und Extremsportler, Trail Runner, Marathonläufer, aber auch viele Hobbyläufer. Zudem kommen viele Teams aus Berufen, die Fitness und sportliche Leistungsfähigkeit voraussetzen, etwa Bundeswehr, Polizei, Bundespolizei und Feuerwehr. All diese unterschiedlichen Teilnehmer wollen vor allem eines: Ein sportliches Erlebnis, das nicht nur aus reiner Leistung beim Laufen besteht, sondern durch die Hindernisse



Viele Läufer bei Veranstaltungen wie dem LimesRun und dem BraveheartBattle kommen in bunten Verkleidungen

Bild: PAS-TEAM Ltd.

auch ihre Kraft und Geschicklichkeit fordert und ein gewisses „Entertainment“ bietet. Diesen Anspruch wird der LimesRun mit seinen künstlichen und natürlichen Hindernissen erfüllen. Auch Teamgeist, sportliche Fairness und das gemeinsame Erleben spielen für die Teilnehmer eine große Rolle. Die Hindernisse werden deshalb zum Teil so konzipiert, dass sich die Läufer gegenseitig helfen müssen.

Finisher- und Siegerpreise

Jeder Finisher, der die Strecke und alle Hindernisse des LimesRun in maximal vier Stunden bewältigt hat, erhält im Ziel die „Decus legionarius“ sowie einen limitierten LimesRun Finisher Aufkleber und ein limitiertes LimesRun 2013 Finisher T-Shirt. Besonders ausgezeichnet werden außerdem:

- Der schnellste Finisher (I. BELLATOR)
- Die schnellste Finisherin (I. BELLATRIX)
- Das schnellste Team (I. UNITAS)
- Das Team mit dem besten Auftritt und Teamspirit (OPTIMUS SODALITAS)

Mannschaften müssen innerhalb eines Zeitfensters von 5 Minuten geschlossen ins Ziel kommen.

Startpreis und Konditionen

Der Startpreis für Einzelläufer beträgt 54 Euro, Teams ab 5 Personen erhalten 10% Rabatt. Teilnehmen können Personen ab 18 Jahren. Jugendliche mit 17 Jahren dürfen teilnehmen, wenn Erziehungsberechtigte eine Haftungsausschlussklärung für sie unterschreiben. www.limesrun.de

Über die PAS-TEAM Ltd.

Der Name PAS-TEAM leitet sich von den Begriffen POWER, ACTION und SURVIVAL ab. [POWER](#) steht für den Willen, die Kraft und die methodischen Fähigkeiten des Trainerteams, die Ausbildungsinhalte zu vermitteln. [ACTION](#) steht für die Inhalte der Trainings, die die Teilnehmer nicht nur an ihre Grenzen, sondern über diese hinaus führen. [SURVIVAL](#) steht für das Überleben in und mit der Natur und das Reduzieren der Ausrüstung auf das Wesentliche. Das Angebot des PAS-TEAM umfasst Sicherheitstrainings als Vorbereitung für den Aufenthalt in Krisengebieten, Outdoor Trainings für Erwachsene, Kinder und Jugendliche sowie Team Trainings, die je nach Bedarf individuell zusammengestellt werden. Website: www.pas-team.de

Kontakt Veranstalter

LimesRun 2013 ORGA
Joachim von Hippel
Wankelstraße 1
D-97688 Bad Kissingen
Telefon: +49 (0)175 / 6711466
E-Mail: info@pasteam.eu
Website: www.LimesRun.de

Pressekontakt

LimesRun 2013 ORGA
Ursula Schemm
Telefon +49 (0)170 2119761
E-Mail: press@pasteam.de