

Tórshavn Marathon

LAUFREISE FÄRÖER
11.06.-18.06.2015

Die Zeitschrift *National Geographic Traveler* kürte die Färöer Inseln als „schönste und lohnendste Inselgruppe der Welt, unberührt vom Massentourismus“. Also ein echter Geheimtipp für diejenigen, die bereit sind, sich auf die ursprüngliche Natur, reiche Kultur, unvorstellbaren Vogelreichtum und auf das nordatlantische Wetter einzulassen.

Die Färöer Inseln befinden sich im atlantischen Ozean zwischen Norwegen, Schottland und Island. Die Inselgruppe besteht aus 18 Inseln, von denen 17 bewohnt sind und die 1399 km² umfassen. Die Länge von Nord nach Süd erstreckt sich über 113 km und von West nach Ost über 75 km. Das Wetter ist durch den Golfstrom bedingt relativ mild, aber windig und wechselhaft. Der Temperaturdurchschnitt liegt im Sommer bei 11 Grad Celsius und im Winter bei 3 Grad Celsius, die Luft ist das ganze Jahr über sehr frisch und klar.



Seit 1948 gehören die Färöer Inseln zu Dänemark, allerdings mit Selbstverwaltung. Sie haben ihr eigenes Parlament, eine eigene Flagge und sind nicht Mitglied der EU. Die meist gesprochene Sprache ist färöisch, eine Sprache mit den Ursprüngen im Norwegischen. Fast alle Färöer sprechen und verstehen Englisch. Die Inseln und der Lauf sind für Liebhaber der nordischen Landschaft, rau und schön, mit wenigen Zuschauern und in bester Luft. 2014 haben knapp 200 Teilnehmer Marathon und Halbmarathon gefinisht.

Marathonreisen • Erlebnislaf • SightRunning

Unsere Laufreise beinhaltet 7 Nächte inkl. Flug, Tagesausflug und Besichtigungen auf den Inseln Streymoy und Eysturoy, Stadtführung in Tórshavn und die Besichtigung von Kirkjubour, dem kulturellen Highlight der Färöer Inseln, einer Bootstour zu den Vogelklippen, der Besuch des Saga Museums, einer Bergwanderung und einem Tag zur freien Verfügung. An diesem gibt es die Möglichkeit, einen Mietwagen zu buchen und die Insel eigenständig zu erkunden. Alles inkl. unserer Betreuung vor Ort und mit Begleitung eines örtlichen, englisch sprechenden Guides. Begleitpersonen sind wie immer herzlich willkommen!



Reiseablauf

Unsere Anreise erfolgt **am Donnerstag, 11.06.2015** mit SAS ab gebuchtem Flughafen nach Kopenhagen und von dort weiter mit Atlantic Airways nach Vagar, dem Flughafen auf den Färöer Inseln. Nach der Ankunft auf der Insel Vagar werden wir mit unserem privaten Transfer zum Hotel gebracht, wo wir einchecken und Zeit für erste Erkundungen haben. Gemeinsames Abendessen im Hotel.

Wir wohnen in einem sehr netten 3***-Design-Hotel (Landeskategorie) mitten im Zentrum von Tórshavn. Das Nichtraucherhotel bietet neben einem Gepäckraum auch kostenfreies WLAN und hat 43 Zimmer. Die Zimmer verfügen alle über TV, ein eigenes Bad sowie Kaffee- und Teezubereitungsmöglichkeiten. Die meisten Zimmer bieten außerdem eine schönen Aussicht auf den Hafen oder den hoteleigenen Garten. Neben einer Café/Bar verfügt das Hotel auch über eine Brasserie, in der italienisch und mexikanisch gespeist werden kann. Auf Wunsch werden Lunchpakete zubereitet.

Am Freitag, 12.06.15 treffen wir uns nach dem Frühstück zu einer Stadtführung zu Fuß durch Tórshavn und bekommen die wichtigsten Sehenswürdigkeiten der kleinen Stadt gezeigt. Wir gehen auch



in das örtliche Shoppingcenter zum Abholen unserer Startunterlagen. Im Starterpaket enthalten sind Startnummer, eine Tasche für Klamotten und das Marathon T-Shirt. Nach einem gemeinsamen Mittagessen fahren wir nach Kirkjubour und besichtigen dort u.a. die älteste Kirche auf den Färöer Inseln, die Olavskirche aus dem Jahre 111. Nach ca. 2 Stunden sind wir zurück und werden am Abend zusammen im Hotel essen (nicht inkludiert) und uns für den Marthontag stärken.

Am Samstag, 13.06.15 gehen wir nach einem frühen Frühstück von unserem Hotel zu Fuß zum Start. Dieser ist für Marathon und Halbmarathon um 09.00 Uhr und für den HealthRun um 11.00 Uhr. Im Startbereich geben wir unsere Kleidertaschen ab. Duschen können wir anschließend in unserem Hotel, das vom Ziel in wenigen Gehminuten erreichbar ist. Abends gibt es die Möglichkeit, an der After Run Party in der Hvonn Brasserie teilzunehmen und andere Laufteilnehmer zu treffen. Für ca. €35,- bekommt man ein Dinner, Kaffee und Dessert, Getränke sind extra zu bezahlen. Es lohnt sich!

Marathonstrecke

Alle Wettbewerbe starten und enden im Zentrum von Tórshavn. Die Teilnehmer über Marathon, Halbmarathon laufen vom Start dieselbe Strecke über ca. 9km in Tórshavn. Die Marathonläufer laufen anschließend nach Norden aus der Stadt heraus an der Küste entlang bis zum Wendepunkt bei ca. km 20 in Kaldbaksbotnur. Bis km 29 geht es dieselbe Strecke zurück, dann folgt ein Abzweig und es geht nochmals durch Tórshavn, bevor es auf einer Wendestrecke nach Süden aus der Stadt heraus und zurück zum Finish geht. Die Teilnehmer des Halbmarathon laufen ebenfalls nach Norden aus der Stadt und wenden nach etwa 13km.

Alle 5 km gibt Servicestationen mit Wasser und Softdrinks. Im Ziel

gibt es ebenfalls Wasser und Früchte dazu. Erste Hilfe-Stationen gibt es sowohl auf der Strecke als auch im Ziel. Der Kurs ist offiziell AIMS vermessen. Wir haften nicht für durch den Veranstalter des Tórshavn-Marathons vorgenommene Veränderungen.

Für Sonntag, den 14.06.15 machen wir eine gemeinsame, geführte Tagestour auf die Inseln Streymoy & Esturoy, Dauer ca. 8 Stunden. Wir sehen das schöne Tal Saksun und spazieren, sofern Ebbe ist, auf das Watt hinaus. Anschließend fahren wir weiter ganz nach Norden, vorbei am höchsten Berg der Färöer Inseln mit 882 Metern Höhe, in das Örtchen Gjogv, wo wir zu Mittag essen. Nach einem Mittagessen und einem kleinen Ortsspaziergang fahren wir in den südlichen Teil der Insel und machen einen kleinen Spaziergang um den See Toftavatn. Auf dem Rückweg nach Tórshavn stoppen wir an einer Wollmanufaktur, wo es Gelegenheit gibt, Sachen aus Wolle zu kaufen.



Am Montag, den 15.06.15 werden wir mit einem Bus nach Vestmanna gefahren und machen dort eine Bootstour zu den Vogelklippen. Vom Kapitän erfahren wir einiges über die Vogelkolonien und Grotten (in englisch). Nach einem Mittagessen besuchen wir das Saga-Museum und können dort einiges über die Geschichte der Färöer lernen. Auf dem Rückweg halten wir noch an einer Vikingsiedlung.

Der Dienstag, 16.06.15 steht zur freien Verfügung. Es gibt die Möglichkeit, z.B. einen Mietwagen zu nehmen und die Färöer Inseln auf eigene Faust zu erkunden oder z.B. mit der Fähre auf die kleine Insel Nolsoy zu fahren und dort eine Wanderung zum Leuchtturm am Südende der Insel zu machen.

Am Mittwoch, den 17.06.15 steht der Vormittag zur freien Verfü-

Marathon - Infos

Start/Ziel	City Center Tórshavn
Startzeit	09.00 Uhr für Marathon/HM
Zeitlimit	6.00 Stunden
Zeitmessung	Chip (vom Veranstalter)
Temperatur	5-11 °C

Startgeld (aus 2014)

Marathon	Halbmarathon	5km
€ 60	€ 45	€ 8

Tórshavn Marathon

gung in Tórshavn und anschließend checken wir aus. Am frühen Nachmittag geht es auf die Insel Vagar in das kleine Örtchen Bour. Von dort wandern wir über den Berg nach Gásadalur, eine Tour, die der Postbote einige Male pro Woche zu gehen hatte, bevor der Tunnel nach Gásadalur gebaut wurde. Für die Wanderung sind wasserfeste Schuhe und Kleidung empfohlen, Dauer ca. zwei Stunden. Danach checken wir für die letzte Nacht im modernen Airport-Hotel ein.

Donnerstag, 18.06.15 Nach dem Frühstück gehen wir den kurzen Fußweg vom Hotel zum Flughafen Vagar.

Unsere Leistungen

- 7 Übernachtungen in guten 3***-Hotels inkl. Frühstück
- Flug mit SAS von Hamburg, Berlin, Düsseldorf oder München nach/ab Kopenhagen
- Flug mit Atlantic Airways von/ab Kopenhagen nach/ab Vagar
- Transfer vom Flughafen zum Hotel
- Erledigung der Startanmeldeformalitäten
- Begleitung zur Startnummernausgabe und Marathon Expo
- Begleitung zum Start
- 2-Gang Abendessen am Anreisetag
- Stadtführung Tórshavn, Bustour nach Kirkjabout mit englischsprachiger Reiseleitung am Freitag, Eintrittsgebühren
- Tagesausflug auf die Inseln Streymoy und Eysturoy per Bus am Sonntag, leichtes Mittagessen, mit englischsprachiger Reiseleitung, ca. 8 Stunden
- Halbtägiger Ausflug per Bus am Montag nach Vestmanna und Bootstour zu den Vogelklippen, Mittagessen, Besuch Saga Museum und Vikingersiedlung, Eintrittsgebühren
- Halbtägige Sightseeingtour mit dem Bus auf die Insel Vagar am Mittwochnachmittag, ca. 2,5 stündige Bergwanderung von Bour nach Gásadalur, dem früheren Postbotenweg
- Betreuung vor Ort durch LaufKultTour

Reiseablauf in Kürze

- 11 06 15 Anreise, Transfer zum Hotel in Tórshavn, 2-Gang-Abendessen
- 12 06 15 Stadtführung Tórshavn, Abholen der Startunterlagen, Ausflug Kirkjabout & Roykstovan, Abends Pasta Essen (optional)
- 13 09 15 09.00 Uhr Marathon/Halbmarathon-Lauf
Optional: After Run Party
- 14 06 15 Geführte Tagestour auf die Inseln Streymoy & Eysturoy, ca. 8 Stunden inkl. Mittagessen in Gjogv, Bustransport, englischsprachige Reiseleitung
- 15 06 15 Busfahrt nach Vestmanna, Bootstrip zu den Vogelklippen, Mittagessen, Besuch Saga Museum
- 16 06 15 Tag zur freien Verfügung, optional: Buchung Mietwagen
- 17 06 15 Vormittags freie Verfügung in Tórshavn, Mittags Check Out im Hotel und Bustour nach Vagar, Wanderung (ca. 2,5 Std.) über den Berg von Bour nach Gásadalur (früherer Weg des Postboten), Transfer und Check in im modernen Airport-Hotel
- 18 06 15 Frühstück und Fußweg vom Hotel zum Flughafen, Rückflug nach Deutschland

Optional

- After Race Party am 13.06.2015, für 250 DKK, ca. €35 pro Person
- Mietwagen für Dienstag, 16.06.15 (Kat. A (z. B. Kia Picanto) Übernahme am Hotel: € 160
Übernahme am Hotel außerhalb Bürozeiten: €220 (inkl. Vollkaskoversicherung und unbegrenzte Kilometer, Selbstbehalt im Schadensfall bis zu €800, abhängig von Fahrzeuggruppe)
- Tunnelgebühren, nur vor Ort zu zahlen, ca. DKK 135,-

Für Wanderungen sind normale Kondition und Trittsicherheit Voraussetzung. Ebenso werden wind- und wasserdichte Kleidung und entsprechende Wanderschuhe empfohlen. Die Wanderungen und Tagesausflüge sind abhängig vom Wetter.

Für die Reise gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) von LaufKultTour. Sie erhalten diese mit der Buchungsbestätigung und finden sie auch im Internet auf www.laufkulttour.de.

Stand 11.11.2014, Preisänderungen vorbehalten.

Unser Angebot 11.- 18.06.2015

Doppelzimmer € 1.998
Einzelzimmer € 360 Zuschlag

Die Mindestteilnehmerzahl ist 10, um das Gruppenflugkontingent ab Kopenhagen aufrecht erhalten zu können.

Preise jeweils pro Person. Buchungsschluß ist der 27. Februar 2015
Fotos: LaufKultTour

LaufKultTour
Sonja Landwehr e.K.
Bgm.-Aurnhammerstr. 31a
86199 Augsburg

oder per Fax an: 0821/99 88 010

TÖRSHAVN MARATHON 2015

Anmeldung für Laufveranstaltung

Anreisedatum

Abreisedatum

Abflughafen

Name

Strasse

PLZ Ort

Telefon

eMail

Geburtsdatum

Start über Distanz

T-Shirtgröße S M L XL

Unterkunft Doppelzimmer Einzelzimmer

Flug ab Hamburg Düsseldorf
 München Berlin

Mietwagen ab/bis Hotel außerhalb der Öffnungszeiten

Laufreise 11.06. - 18.06.2015

Vorname

Nationalität

Land

Fax

eMail-Newsletter von LaufKultTour abonnieren

weiblich männlich

Zielzeit

Chipnummer

Zimmerpartner(in)

Sonderwünsche/Anmerkungen

Für die Einreise auf die Färöer-Inseln ist ein mindestens 3 Monate über das Reisedatum hinausgehender Reisepass erforderlich.

Wir empfehlen den Abschluß eines „Rundum Sorglos-Service“ oder einer Rücktrittsversicherung, unser Partner ist „Die Europäische“. Gerne buchen wir den gewünschten Schutz für Sie.

Rundum Sorglos-Service Reiserücktrittskostenversicherung Ich verzichte ausdrücklich auf einen Reiseschutz

Wie haben Sie von uns erfahren? Internetsuche Flyer Bekannte Messe

Die Anmeldung erfolgt auf der Grundlage der Reisebeschreibung der oben genannten Reise und den Allgemeinen Geschäftsbedingungen von LaufKultTour, zu finden unter www.laufkulttour.de. Ich stehe für die vertraglichen Verpflichtungen der in der Anmeldung aufgeführten Teilnehmer ein.

Ort, Datum

Unterschrift