

INFORMATIONEN

ADRESSEN UND ÖFFNUNGSZEITEN
EVENT INFORMATIONEN
LOKALE INFORMATIONEN
VERPFLEGUNGSÜBERSICHT
UNSERE SPONSOREN

MEGA MARSCH
presented by Columbia

ADRESSEN

RÜGEN

Öffnungszeiten:
Start: 09:00 - 10:30 Uhr
VPS 1: 12:15 - 15:05 Uhr
VPS 2: 15:50 - 20:05 Uhr
Zwischenziel: 17:20 - 22:30 Uhr
VPS: 3: 18:40 - 00:05 Uhr
VPS 4: 20:50 - 03:05 Uhr
Zwischenstation: 22:05 - 04:50 Uhr
Ziel: 01:40 - 10:30 Uhr



0 KM // START
OUTDOOR
Strandpromenade
18546 Sassnitz

19,3 KM // VPS1 OUTDOOR
Wasco Coatings Germany GmbH
Südstraße 30,
18546 Sassnitz

41,2 KM // VPS2
OUTDOOR
Marktpromenade 1,
18609 Binz Prora

50,0 KM // ZWISCHENZIEL
OUTDOOR
Strandpromenade
18546 Sassnitz

58 KM // VPS3 INDOOR
Sporthalle Dwasieden
Sporthalle 1,
18546 Sassnitz

71,2 KM // VPS4 OUTDOOR
TSV Sagard
August-Bebel-Straße,
18551 Sagard

78,7 KM // ZWISCHENSTATION
OUTDOOR
Spielplatz Polchow
Dorfstraße,
18551 Glowe-Polchow

100 KM // ZIEL
OUTDOOR
Strandpromenade
18546 Sassnitz

MEGA MARSCH
presented by Columbia

WICHTIGE INFORMATIONEN

RÜGEN

FÜR NOTFÄLLE

Notfallnummer Sanitätsdienst (ausschließlich für medizinische Notfälle!):
02161 - 8307928

Sollte diese besetzt sein, bitte die allgemeine Notfallnummer **112** anrufen.

Notfallnummer Team Megamarsch:
02161-8307927

AN- UND ABREISE

START:
Haltestelle: Sassnitz Bahnhof (1,5km)

ZIEL:
Haltestelle: Sassnitz Bahnhof (1,5km)

Informationen zur Abreise von den Verpflegungsstationen zurück zum Start- und Zielbereich liegen vor Ort aus.

PARKMÖGLICHKEITEN VOR ORT:
Da wir keine Parkplätze gewährleisten können, bitten wir Euch mit den öffentlichen Verkehrsmitteln anzureisen.

STRECKENINFOS

Höhenmeter: 790

Komoot ist der offizielle Navigationspartner der Megamarsch Saison 2026.

Im Rahmen der Partnerschaft erhalten alle Teilnehmer*innen der Megamarsch Events 2026 Komoot Premium 30 Tage lang kostenlos. Freu dich auf weltweite Offline-Karten und die vielen beliebten Komoot Premium-Funktionen, die deinen Marsch auf Rügen noch besser machen.

Deinen Gutschein-Link sowie weitere Schritte zur Einlösung erhältst du vorab per Mail von Megamarsch. Solltest du dich kurzfristig anmelden, kannst Du Dir Deinen Code am Startbereich abholen.

ABHOLPARTNER UND CHECK-IN

Check-In beim Abholpartner
Intersport Rossow
Grünhufer Bogen 13,
18437 Stralsund

Vom 12.10.-16.10.2026 von 10:00 - 19:00 Uhr (am 16.10. nur bis 18:00 Uhr). (Teilnehmershirts und Funktionstücher können ebenfalls abgeholt werden)

Pre-Event
Am Freitag, den 16.10.2026 findet unser Pre-Event von 10:00 - 18:00 Uhr statt. Hier könnt Ihr letzte Fragen klären und Euch nochmal mit der entsprechenden Ausrüstung aus dem Intersport Store für Euren Megamarsch ausrüsten.

Check-In am Start
Sei max. 30 Minuten vor Deiner Startzeit da, auch wenn Du Dich noch einchecken musst.

MEGA MARSCH
presented by Columbia

WICHTIGE INFORMATIONEN

RÜGEN

FOODTRUCKS

Am Startbereich:
Am Startbereich wird es einen Kaffeewagen für Euch geben. Außerdem wird ein FoodTruck der Holsteiner Caterjungs für Euch vor Ort sein und Essen anbieten.
Bei beiden kann sowohl bar als auch mit Karte gezahlt werden.

Am Zielbereich:
Auch im Ziel wird der FoodTrucks der Holsteiner Caterjungs für Euch vor Ort sein.
Hier kann ebenfalls bar als auch mit Karte gezahlt werden.

MÜLLENTSORGUNG

Bitte achtet während der gesamtem Veranstaltung besonders auf einen verantwortungsvollen Umgang mit Abfällen. An allen Verpflegungsstationen stehen Euch ausreichend Möglichkeiten zur Müllentsorgung zur Verfügung.

Wir bitte Euch ausdrücklich, Euren Müll ausschließlich dort zu entsorgen und nicht in der Natur zurückzulassen!

TMX

Wir unterstützen dich dabei, aktiv etwas für dein Wohlbefinden zu tun! Ob nach einem langen Tag, beim Sport oder zur Förderung deiner Regeneration und eines erholsamen Schlafs. Unsere TMX®-Produkte wurden auf Basis der langjährigen Erfahrung von Physiotherapeut, Osteopath und Trigger-Experte Thomas Marx entwickelt. Sie bieten dir eine einfache Möglichkeit, gezielt an deinem Körper zu arbeiten – jederzeit, überall und leicht umzusetzen.

Wir bringen es auf den Punkt:
#triggerdichselbst

Rabattcode:
MEGAMARSCH

Link zur Buchungsseite:
http://www.tmx-trigger.de

MEGA MARSCH presented by Columbia

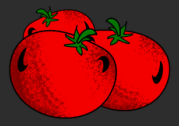
RÜGEN

VERPFLEGUNGSÜBERSICHT

VPS1


BELEGTE BROTE


EIERWAFFELN


TOMATEN



SAFT


BANANEN

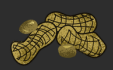

ÄPFEL


GURKEN


GEMÜSEBRÜHE


RIEGEL


SALZBREZELN


ERDNÜSSE


WASSER


KAFFEE (Instant)

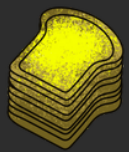

KAKAO (PULVER)

sanotact®
ELEKTROLYTE (Pulver)


TEE


CAPPUCINO (PULVER)

VPS2


BELEGTE BROTE


KUCHEN


KEKSE



SAFT

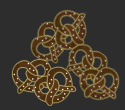

BANANEN

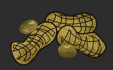

ÄPFEL


GURKEN


GEMÜSEBRÜHE


RIEGEL


SALZBREZELN


ERDNÜSSE


WASSER


KAFFEE (Instant)


KAKAO (PULVER)

sanotact®
ELEKTROLYTE (Pulver)


TEE

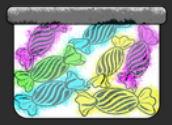

CAPPUCINO (PULVER)

VPS3


SÜßES GEBÄCK


GETROCKNETE FRÜCHTE


LINSENSUPPE


FRUCHTGUMMI



COLA


BANANEN


ÄPFEL


GURKEN

GEMÜSEBRÜHE

RIEGEL

SALZBREZELN

ERDNÜSSE

WASSER

KAFFEE (Instant)

KAKAO (PULVER)

sanotact®
ELEKTROLYTE (Pulver)

TEE

CAPPUCINO (PULVER)

VPS4

SÜßES GEBÄCK

MARMELADEN TOAST

RAVIOLI

COLA

BANANEN

ÄPFEL

GURKEN

GEMÜSEBRÜHE

RIEGEL

SALZBREZELN

ERDNÜSSE

WASSER

KAFFEE (Instant)

KAKAO (PULVER)

sanotact®
ELEKTROLYTE (Pulver)

TEE

CAPPUCINO (PULVER)

MEGA MARSCH presented by Columbia

SPONSOREN

RÜGEN

DANKE AN UNSERE PARTNER!

Columbia

sanotact

PETZL

INTERSPORT AUS LIEBE ZUM SPORT

komoot

TMX DIE TRIGGER COMPANY

FRÄULEIN

Amecke Natur. mehr leben.

BAS

★★★★ Superior

PARKHOTEL RÜGEN