

# MM MEGA MARSCH

「50/12」

# DRESDEN

Die 50 Kilometer Challenge durch Sachsens Landeshauptstadt.

04.03.2023

# **INHALTSVERZEICHNIS**

<b>VORWORT</b>	<b>3</b>
<b>CHECK-IN BEIM ABHOLPARTNER</b>	<b>4</b>
<b>CHECK-IN AM START</b>	<b>4</b>
<b>ADRESS-ÜBERSICHT</b>	<b>5</b>
<b>STRECKENGUIDE</b>	<b>6</b>
<b>VERPFLEGUNG</b>	<b>7</b>
<b>NOTFÄLLE</b>	<b>8</b>
<b>AM ZIEL</b>	<b>8</b>
<b>AN- UND ABREISE</b>	<b>9</b>
<b>SKIZZE START-/ ZIELBEREICH</b>	<b>10</b>
<b>UNTERWEGS MIT OUTDOORACTIVE</b>	<b>11</b>





## VORWORT

Lieber Megamarsch-Challenger,

Bist Du bereit für Deinen Megamarsch? Um das Ganze zu einem unvergesslichen Event zu machen, haben wir dieses Booklet für Dich vorbereitet. Hier findest Du alle Infos, die speziell für Deinen Megamarsch wichtig sind.

**Wichtig: Wenn das Dein erster Megamarsch ist, empfehlen wir Dir unbedingt auch unser Handbuch zu lesen. Dieses findest Du hier:**  
<https://www.megamarsch.de/dresden>

Im Handbuch haben wir weitere generelle Informationen für Dich zusammengefasst.

Als erfahrener Megamarscher wirst Du diese Dinge höchstwahrscheinlich schon wissen.

Wir freuen uns auf den Megamarsch 50/12 Dresden mit Dir und über **2.000 weiteren Teilnehmern!** Die Medaillen, Urkunden und natürlich unser Team warten schon auf Dich! ;)

An dieser Stelle möchten wir uns bei allen Teilnehmern, Volunteers, Sponsoren, Sanitätern, Tourismus-Gesellschaften und Behörden bedanken! Ohne Euch könnte die Veranstaltung nicht stattfinden, denn die Planung für ein solches Event ist sehr aufwändig.

Wir wünschen Dir einen tollen Megamarsch. Schön, dass Du dabei bist!

Dein Team-Megamarsch

outdooractive

SportScheck

SPORTSCHECK.COM

SPORTOGRAF.COM



**M MEGA  
MARSCH**

presented by



## ABHOLPARTNER

### CHECK-IN BEIM ABHOLPARTNER

Du hast die Möglichkeit, vorab bei unserem Abholpartner einzuchecken und dort Dein Teilnehmerbändchen abzuholen. Als Abholpartner steht diese SportScheck Filiale zur Verfügung:

In der Altmarktgalerie  
Webergasse 1  
01067 Dresden  
2.OG

Die Öffnungszeiten sind **Montag bis Samstag von 10:00 - 20:00 Uhr**.

Der Check-In ist ab **Samstag, den 25.02.2023**, möglich bis **Freitag, 03.03.2023, um 18:00 Uhr** innerhalb der Öffnungszeiten. Bitte beachte, dass der Vorab-Check-In Ausnahmsweise nur 1 Woche lang möglich ist.

Wer ein Teilnehmershirt bestellt hat, kann dieses ebenfalls bei unserem Abholpartner abholen. Die Hoodies können nicht beim Abholpartner, sondern ausschließlich am Event Tag bei uns am Start oder am Ziel abgeholt werden.

Damit das SportScheck Team Dich einchecken kann, musst Du Dein Ticket (ausgedruckt oder digital) mitbringen und vorzeigen. Du kannst auch für andere Personen einchecken, wenn Du das jeweilige Ticket dabei hast.

Wenn Du beim Abholpartner eingeecheckt hast, musst Du das Stoffbändchen, das Du dort erhalten hast, unbedingt am Event Tag zum Start mitbringen und vorzeigen, um das Startgelände betreten zu können. Du musst Dich am Start nicht nochmal einchecken.

### CHECK-IN AM START

Alternativ kannst Du Dich natürlich auch am Event Tag direkt bei uns am Start einchecken. Bitte sei max. 30 Minuten vor Deiner Startzeit da, auch wenn Du Dich noch einchecken musst. Die Zeit wird reichen!

**M MEGA  
MARSCH**



# ADRESS- ÜBERSICHT

## TELEFONNUMMERN

Notfallnummer Sanitätsdienst:  
**02161 - 8307928**

Notfallnummer Team Megamarsch:  
02161-8307927 (**Achtung: die Nummer  
ist eine andere als in 2022!**)

## E-MAIL ADRESSE

[info@megamarsch.de](mailto:info@megamarsch.de)

## HOMEPAGE

[www.megamarsch.de](http://www.megamarsch.de)

## ADRESSEN & ÖFFNUNGSZEITEN DER VERPFLEGUNGSSTATIONEN

**Start:** Sportpark Ostra, Rollschnell-  
laufbahn, Rudolf-Harbig-Weg, 01067  
Dresden, geöffnet von 6:30 - 9:00 Uhr,  
Check-In für die 7 Uhr Startgruppe ab  
6:30 Uhr

**VPS1:** 59. Grundschule Jürgen Reichen,  
Kurparkstraße 12, 01324 Dresden,  
10,7 km, geöffnet von 8:45 - 11:35 Uhr

**VPS2:** SG Dresden Weißig, Heinrich-  
Lange-Straße 37, 01328 Dresden,  
17,2 km, geöffnet von 9:50 - 13:05 Uhr

**VPS3:** Freiwillige Feuerwehr, Badstraße  
4, 01796 Pirna, 29,9 km, geöffnet von  
12:00 - 16:00 Uhr

**VPS4:** Elbhangtreff, Plantagenweg 3,  
01326 Dresden, 37,6 km, geöffnet von  
13:15 - 17:45 Uhr

**Ziel:** Sportpark Ostra, Rollschnell-  
laufbahn, Rudolf-Harbig-Weg, 01067  
Dresden, 50 km, geöffnet von 15:20 -  
21:00 Uhr

**M MEGA  
MARSCH**



# STRECKEN- GUIDE

Um Dir einen ersten Überblick zu geben, haben wir Dir einen Streckenguide erstellt. Du erfährst hier, wo es entlang der Strecke für Dich relevante Punkte wie Sehenswürdigkeiten und Einkaufsmöglichkeiten gibt, falls Dir mal eine Kleinigkeit fehlt. Los geht's!

## STRECKENBESCHAFFENHEIT

Looser/ Natürlicher Untergrund: 13,5 km  
 Asphalt: 25,1 km  
 Sonstiges: 12 km

Höhenmeter: 620m

Kilometerstand	Adresse
1,5 - 2 KM	Palaisgarten mit Japanischem Palais + Palaispark
2,6 KM	Simmel Center (Edeka, Aldi) Antonstraße 2a 01097 Dresden, 8 - 22 Uhr geöffnet
3,5 KM	Alaunpark
5,3 KM	Bäckerei Jürgen Otte, Waldschlößchenstraße 24, 01099 Dresden, geöffnet von 6 - 18 Uhr
7 KM	Aral Alexander Pfund; Fischhausstraße 15, 01099 Dresden, geöffnet 24 Stunden
44KM	Wasserquelle
44,2 KM	Schloss Albrechtsberg
49 KM	Semperoper

# FOOD TRUCKS

Zusätzlich zu unserer kostenlosen Verpflegung kannst Du folgende Verpflegung an den Stationen kaufen:

- VPS1:** Coffeebike
- VPS2:** Crêpes
- VPS3:** Bratwurst, Kaffee & Bier
- Ziel:** Webers Food Truck mit Burger, Pommes, Bratwurst, Riesenpfanne & Spiralkartoffeln

Die Zahlung ist per Bargeld möglich.



# Verpflegungsverteilung Megamarsch 50er

## KICKSTARTER STATION FRÜHSTÜCK (VPS1)



Instant Kaffee (Zucker, Milch, Hafermilch)	Tee (verschiedene Sorten)	Isogetränke- pulver	Orangensaft	Wasser	Kakaopulver	Brühe (Gemüse)
--	---------------------------------	------------------------	-------------	--------	-------------	-------------------



Süßes Gebäck	Porridge (verschiedene Geschmacks- richtungen)	Bananen	Äpfel	Riegel	Gewürz- gurken	Belegte Brote
-----------------	---	---------	-------	--------	-------------------	---------------

## RECHARGE STATION HERZHAFT UND SÜSS (VPS2)



Wasser	Tee (verschiedene Sorten)	Isogetränke- pulver	Apfelsaft	Instant Kaffee (Zucker, Milch, Hafermilch)	Brühe (Gemüse)
--------	---------------------------------	------------------------	-----------	--	-------------------

Verschiedene Fruchtgummi Sorten (auch Vegan)	Wurstchen	Vegetarische Alternative	Senf + Ketchup	Kartoffelsalat (Eisig und Öl)
---	-----------	-----------------------------	----------------	----------------------------------



## RECOVER STATION KAFFEE UND KUCHEN (VPS3)



Instant Kaffee (Zucker, Milch, Hafermilch)	Tee (verschiedene Sorten)	Isogetränke- pulver	Cola	Wasser	Cappuccino- und Kakaopulver	Brühe (Gemüse)
--	---------------------------------	------------------------	------	--------	-----------------------------------	-------------------



Kuchen	Riegel	Kekse	Bananen	Äpfel	Saisonaes Obst	Salzbrezeln	Gewürz Gurken
--------	--------	-------	---------	-------	-------------------	-------------	---------------

## KEEP UP STATION ENERGIE LIEFERANTEN (VPS4)



Wasser	Tee (verschiedene Sorten)	Isogetränke- pulver	Instant Kaffee (Zucker, Milch, Hafermilch)	Cola
--------	---------------------------------	------------------------	--	------

Brühen (Tomaten, Champignon, Gemüse, etc.) mit Toast	Kartoffel- püreepulver	Fruchtgummi (auch Vegan)	Erdnüsse	Gewürz Gurken	Riegel
--	---------------------------	-----------------------------	----------	---------------	--------





## NOTFÄLLE

An unseren Stationen sind Sanitäter anwesend, die Dir bei leichteren Verletzungen wie Blasen, Schwellungen oder Ähnlichem helfen können.

Außerdem sind Sanitäter mobil auf der Strecke unterwegs. Ruf die Notfallnummer (diese findest Du auf Seite 5) ausschließlich für medizinische Notfälle an! Solltest Du die telefonische Notfallnummer nicht nutzen können (z.B. weil Du gehörlos bist), schreib uns gerne eine E-Mail an [info@megamarsch.de](mailto:info@megamarsch.de). Dann senden wir Dir eine Handynummer zu, über die Du bei medizinischen Notfällen per WhatsApp Kontakt aufnehmen kannst. Für alle anderen Notfälle oder ernsten Probleme kontaktiere uns, Team Megamarsch. Wir sind durchgehend erreichbar. Unsere Telefonnummer während dem Event findest Du ebenfalls auf Seite 5.



## AM ZIEL

### EVENT- UND FINISHERFOTOS

Auch in diesem Jahr begleitet Sportograf uns auf allen Megamärschen. Ob Marathon, Ironman oder Radrennen, sie haben schon Millionen Sportler mit fantastischen Erinnerungsfotos versorgt. Selfies sind natürlich auch eine schöne Erinnerung, aber wer dann doch noch professionelle Fotos von seiner megamäßigen Erfahrung haben möchte, ist bei Sportograf genau richtig.

Die Bilder kannst Du im Nachgang der Veranstaltung auf deren Webseite erwerben:

<https://www.sportograf.com/de/event/9484>

### MERCH

Auch in dieser Saison wird es wieder ein Finishershirt geben. Dieses besteht aus Baumwolle und kostet 29,95€. Das Finishershirt gibt es im Damen- und im Herrenschnitt.

Am Start und am Ziel wird es einen Stand geben, wo Du verschiedenen Merch sowie die Finishershirts (nur am Ziel) erwerben kannst.

**Die Bezahlung ist ausschließlich per Karte möglich.** Achtung: Bei den Finishershirts handelt es sich nicht um die Teilnehmershirts!

**MEGA  
MARSCH**

presented by

 Columbia





## PARKPLÄTZE

Der Start befindet sich an der Rollschneillaufbahn am Sportpark Ostra, Rudolf-Harbig-Weg, 01067 Dresden.

**Diese Straße ist ein Rad- und Fußweg und somit nicht mit dem Auto befahrbar!**

Auf der Pieschener Allee 01067 Dresden findest Du Parkplätze, die genutzt werden dürfen (P1, P2, P3 kostenfrei). Auf der nächsten Seite findest Du eine Skizze, wo wir den Start-/ Zielbereich, sowie den Zugang zu Fuß und mit dem Auto eingezeichnet haben.



## AN- UND ABREISE MIT ÖFFENTLICHEN VERKEHRSMITTELN

Informiere Dich am besten im Vorfeld auf der Seite des Verkehrsverbundes DVB / VVO über die Abfahrten.

### Start:

**Haltestelle:** Alberthafen (900m); Verbindung: ab Dresden Hbf mit STR10 nach Alberthafen; Abfahrt: alle 30 Minuten; Fahrtdauer: 10 Minuten

**oder Haltestelle:** Dresden Mitte (1km); diverse Verbindungen, Abfahrt: alle 10 Minuten, Fahrtdauer: 3 Minuten

### VPS 1:

**Haltestelle:** Am weißen Adler (500m)  
Verbindung: mit STR11 nach Dresden Hbf  
Abfahrt: alle 15 Minuten; Fahrtdauer: 30 Minuten

### VPS 2:

**Haltestelle:** Weißig am Steinkreuz (700m)  
Verbindung: mit Bus 61 mit umsteigen nach Dresden Hbf; Abfahrt: alle 20 Minuten; Fahrtdauer: 30 - 45 Minuten

### VPS 3:

**Haltestelle:** Graupa Tschaikowskiplatz (200m); Verbindung: mit Bus G/L oder Bus 83 mit umsteigen nach Dresden Hbf; Abfahrt: alle 30 Minuten; Fahrtdauer: circa 45 Minuten

### VPS 4:

**Haltestelle:** Staffelsteinstraße (130m)  
Verbindung: mit Bus 63 mit umsteigen nach Dresden Hbf; Abfahrt: alle 15 Minuten; Fahrtdauer: 45 Minuten

### Ziel:

**Haltestelle:** Alberthafen (900m); Verbindung: mit STR10 nach Dresden Hbf; Abfahrt: alle 15-20 Minuten; Fahrtdauer: 12 Minuten

**oder Haltestelle:** Dresden Mitte (1km); diverse Verbindungen, Abfahrt: alle 10 Minuten, Fahrtdauer: 3 Minuten

\*Mehr Infos liegen an den Stationen aus.

# MEGA MARSCH

# Sportpark Ostra

## Orientierungsplan



www.dresden.de/sport

### Legende

#### Sportanlagen

- 1 Heinz-Steyer-Stadion
- 1a Zentralkasse
- 2 Öffentliche Sport- und Bewegungsfläche
- 3 Funktionsgebäude
- 4 Fechtergebäude
- 5 BallsportARENA Dresden
- 6 Fußballplatz/ Leichtathletikanlage
- 7 Rollschnellaufbahn
- 8 JOYNEXT Arena
- 9 Eisschnellaufbahn
- 10 Faustballplätze
- 11 Fußballplatz
- 12 Fußballplatz
- 13 Tennisplätze
- 13a Beachvolleyballplätze
- 13b Funktionsgebäude
- 14 Rollkunstlaufbahn
- 14a Funktionsgebäude
- 15 Fußballplatz
- 16 Rugby/Cricket/Baseball
- 17 Rugby/Cricket/Baseball
- 18 Fußballplatz
- 19 Werferplatz
- 20 Fußballplatz
- 21 Fußballplatz

- 22 DSC-Trainingshalle
- 23 Fußballplatz
- 24 Sportschulzentrum (Sportoberschule/-gymnasium)
- 25 Nachwuchs Akademie SG Dynamo Dresden e.V.

#### Parkplätze

- Behindertenparkplatz
- Parkplatz

- Besucher/Sportler
- Besucher/Sportler
- Besucher/Sportler
- Kurzzeitparker
- Behindertenparkplatz
- DSC-Trainingshalle

#### Allgemeine Informationen

- Servicepunkt
- WC
- Behindertentoilette
- Gaststätte
- Öffentliche Grillplätze
- Behindertengerechter Zugang

**Bahnhof Dresden Mitte**

**Kongresszentrum**  
Linie 6, 11

**Krankenhaus Friedrichstadt (Sportpark Ostra)**  
Linie 10, 94

**Alberthafen**  
Linie 10

**A4**

**Zentrum** →

**Fußgänger, Radfahrer**

**Autos**

**BUS**



Open-Air Gelände  
„RINNE DRESDEN“

Trümmerberg

**Messering**  
Linie 10



## outdooractive

# STRECKEN- PARTNER

Um sicher und vorbereitet am Megamarsch teilzunehmen, solltest Du Dir vorab unbedingt die Strecke herunterladen! Wir schildern die Strecke zwar immer mit unseren Megamarsch Pfeilen aus. Allerdings kann es immer mal passieren, dass ein Pfeil verloren geht oder verdreht wird. Dann bist Du froh, wenn Du die richtige Strecke auf Deinem Handy dabei hast!

Wir stellen Dir die Strecke über Outdooractive, dem offiziellen Track-Presenter des Megamarsches, zur Verfügung. Du kannst die App kostenlos auf Dein Smartphone herunterladen und als Megamarsch-Teilnehmer sogar die Pro-Version mit allen Vorteilen 3 Monate lang gratis nutzen. Hierfür erhältst Du ganz exklusiv einen Outdooractive Code, mit dem Du Deinen Account upgraden kannst.

In nur wenigen Schritten kommst Du zu Deinem kostenlosen Outdooractive Pro-Abo und kannst die App für Deinen Megamarsch nutzen:

1) Gehe auf:

<https://www.outdooractive.com/de/megamarsch.html>

2) Melde Dich mit Deinem Outdooractive-Account an oder erstelle einen neuen Account in wenigen Schritten.

3) Folge den Schritten der Anmeldung oder Registrierung und komm auf die Voucher-Seite zurück. Gebe den folgenden Code\* ein, um Dein kostenloses Abo zu aktivieren:

**MMDRE23S**

4) Lade Dir die App und Deine Megamarsch-Strecke auf Dein Handy herunter.

Dein Vorteil für den Megamarsch: Du hast mit der Pro-Version die Strecke auch offline verfügbar und alle wichtigen Wegpunkte werden Dir in der Karte direkt angezeigt.

Wenn wir die Strecke für Dich planen und den GPX-Track anlegen, rechnet die Outdooractive App mit der „idealen Luftlinie“. Da Du während Deiner Wanderung nicht immer diese „ideale Luftlinie“ nehmen kannst, sondern z.B. die Kurven enger oder weiter gehst, kann es vorkommen, dass die Kilometerangaben in der App nicht mit der von uns geplanten Strecke übereinstimmen. Oft kommen bei Dir auch noch ein paar Kilometer dazu, die Du an den Stationen läufst, die bei unserem GPX-Track vorab natürlich nicht mit einkalkuliert sind.

Solltest Du den GPX-Track auf einem anderen Gerät benutzen, kannst Du diesen auch in der Outdooractive App herunterladen!

\*Der Code ist gültig bis Ende 2023

**M MEGA  
MARSCH**