



## !!! SPENDENLAUF FÜR CARLO am Sonntag, 31.10.2021!!!

Liebe MTV-Mitglieder, liebe Läufer\*innen,

unser liebes MTV Triathlon Vereinsmitglied Carlo befindet sich aktuell in einer schwierigen Situation. Eine schwere Krankheit und berufliche Einschränkungen (krankheits- und COVID-bedingt) setzen ihm gesundheitlich und finanziell leider sehr zu. So kam die Idee auf ihm mit Hilfe eines Spendenlaufs zumindest finanziell etwas unter die Arme zu greifen. Geplant ist am Sonntag, den 31.10.21 auf dem Rössleweg Kilometer für ihn zu sammeln. Spenden sind selbstverständlich auch ohne Laufteilnahme willkommen!

Zum **Download der Ausschreibung** mit allen weiteren Informationen bitte **>> [hier klicken](#) <<** oder einfach den folgenden **QR-Code** scannen:



Kontakt bei Fragen:  
[C-Baumann@gmx.de](mailto:C-Baumann@gmx.de)



**SCAN MICH**



## !!! SPENDENLAUF FÜR CARLO am Sonntag, 31.10.2021!!!

Der Rössleweg ist ein knapp 57 km langer Rundwanderweg um Stuttgart: [http://www.vsv-stuttgart.de/index.php?article\\_id=105](http://www.vsv-stuttgart.de/index.php?article_id=105)

Verschiedene Startpunkte sind einfach per ÖPNV zu erreichen und ermöglichen allen eine **passende Streckenlänge** zu finden (s. Karte und Tabelle unten).

**Gemeinsames Ziel ist der Parkplatz des MTV Stuttgart**, welches durch unterschiedliche Startzeiten alle Läufer\*innen in einem ähnlichen Zeitfenster erreichen.

Die Strecke bietet viel Abwechslung und sehr schöne und für viele sicherlich auch ganz neue unbekannte Ausblicke auf die Stadt!

**Orientierung:** Markierung des Weges mittels entsprechender **Rössle-Zeichen!** Außerdem **weiße Pfeile** auf den Wegen und Bäumen beachten!



**Gelaufen wird im Uhrzeigersinn!**

Da die Markierungen nicht immer so einfach zu entdecken und teilweise verwittert sind, empfiehlt es sich die **GPS-Daten** (s. Tabelle unten -> links zu Komoot) auf Uhr oder Handy herunterzuladen. Falls kein Komoot-Konto vorhanden ist, dann können die Routen gerne auch per E-Mail oder WhatsApp verschickt werden.

**Versorgung:** Zur Unterstützung stehen **im Verlauf des Weges 3 Wasserversorgungsstellen** bereit. (W1, W2 und W3 -> s. Karte und Tabelle unten).

Im **Zielbereich werden Essen und Getränke** zur Verfügung stehen. Wer das Ziel-Büffet unterstützen will, bitte >> [hier](#) << eintragen!

**Spenden:**



**Vorgeschlagene Teilnahmegebühr** sind 10 Euro (natürlich gerne auch mehr), diese wird vollständig an Carlo gespendet!

**Natürlich sind alle Spenden - selbstverständlich auch ohne Laufteilnahme - willkommen!** Im Zielbereich wird hierzu ein **Sparschwein** bereitstehen.

Alternativ: **Überweisung** auf das **Vereinskonto**: Kontoinhaber: MTV Abt. Triathlon, IBAN DE96 600 400 710 5540 75200, Verwendungszweck: Carlo

Oder per **PayPal**: <https://www.paypal.com/pools/c/8Dh2IOBVgi> Hinweis: Es kann leider **keine Spendenbescheinigung** erstellt werden!

**Bitte beachten:**



Es handelt sich um einen **inoffiziellen Lauf!** Das heißt jede/jeder ist für sich **selbst verantwortlich** und muss sich **selbst versorgen!**

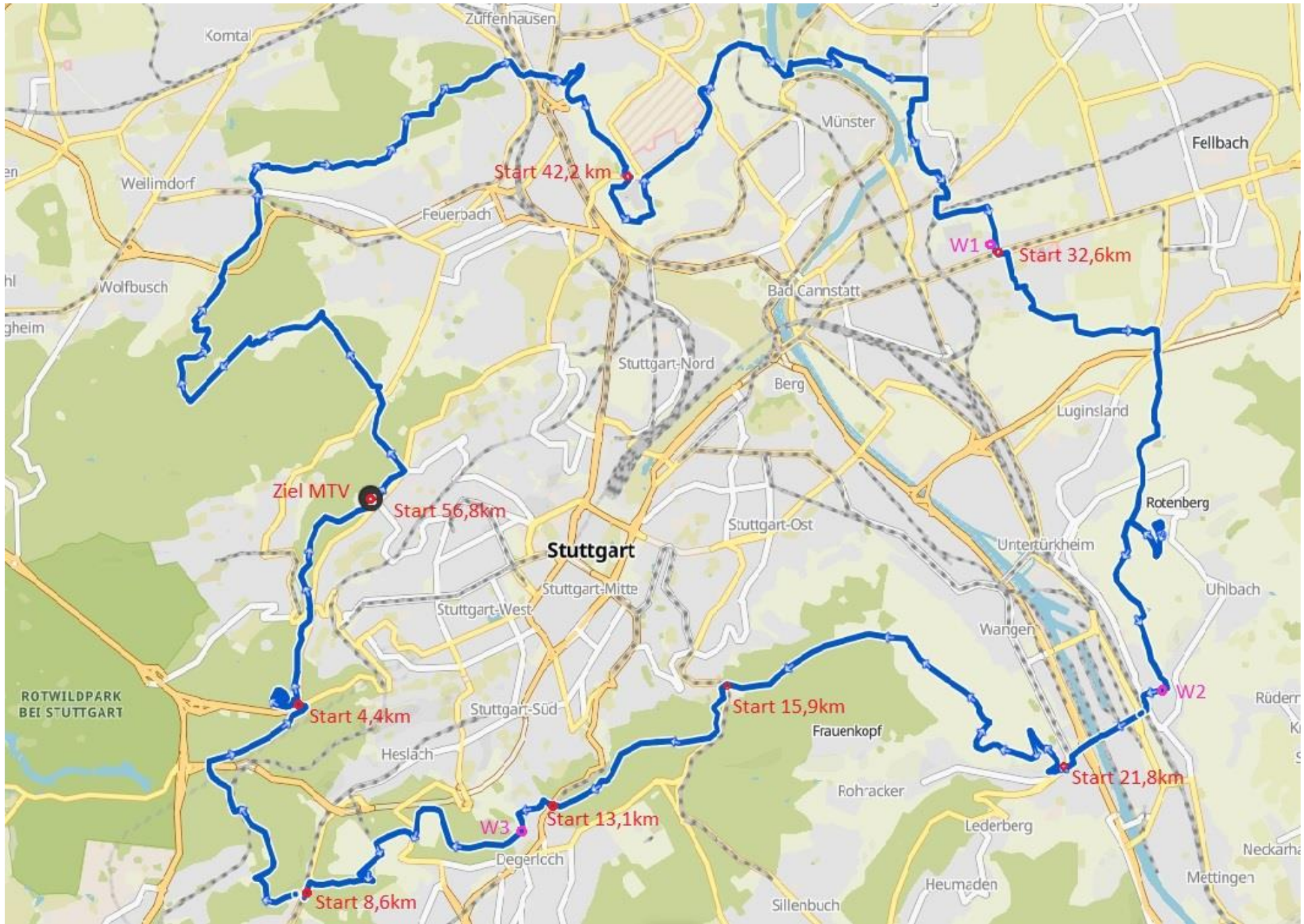
Denkt also bitte je nach Bedarf an Dinge wie: Trinkflasche /-rucksack, Gel / Riegel, Handy, Geld, Mund-Nasen-Schutz und entsprechende Ausrüstung!

Die Strecke ist selbstverständlich nicht abgesperrt, es gilt die **Straßenverkehrsordnung!**

Die zu diesem Zeitpunkt gültigen **COVID-Bestimmungen** sind zu beachten und einzuhalten! Wo nötig: **Bitte Abstand und Mund-Nasen-Schutz!**

**Natürlich sind alle Läufer\*innen und Spender\*innen herzlich willkommen – bitte gerne an Freunde & Bekannte weiterleiten!!!**

>>>> Alle Läufer\*innen bitte hier in die >> [Teilnehmerliste](#) << eintragen <<<<<



Rössleweg Startpunkt / Haltestelle ÖPNV:	Streckenlänge in km	Höhenmeter hoch	Höhenmeter runter	Startzeit ca.	Dauer ca.	Ankunft ca.	GPS-/ Tourdaten / Höhenprofil:
MTV (komplette Runde)	56,8	1000	1000	08:00	5-7 h	13:00 – 15:00	<a href="https://www.komoot.de/tour/493551504?ref=wtd">https://www.komoot.de/tour/493551504?ref=wtd</a>
Robert-Bosch-Krankenhaus	42,2	750	700	10:00	3-5 h	13:00 – 15:00	<a href="https://www.komoot.de/tour/493585037?ref=wtd">https://www.komoot.de/tour/493585037?ref=wtd</a>
Antwerpener Str.	32,5	630	510	11:00	2,5-4 h	13:30 - 15:00	<a href="https://www.komoot.de/tour/493587175?ref=wtd">https://www.komoot.de/tour/493587175?ref=wtd</a>
Hedelfingen	21,8	440	280	12:30	1,5-2,5 h	14:00 - 15:00	<a href="https://www.komoot.de/tour/493592038?ref=wtd">https://www.komoot.de/tour/493592038?ref=wtd</a>
Gerokruhe	15,9	240	270	13:00	1-2 h	14:00 - 15:00	<a href="https://www.komoot.de/tour/493593869?ref=wtd">https://www.komoot.de/tour/493593869?ref=wtd</a>
Weinsteige	13,1	190	240	13:30	1-1,5 h	14:30 - 15:00	<a href="https://www.komoot.de/tour/493595543?ref=wtd">https://www.komoot.de/tour/493595543?ref=wtd</a>
Waldeck	8,6	170	110	14:00	0,5 -1 h	14:30 - 15:00	<a href="https://www.komoot.de/tour/493599144?ref=wtd">https://www.komoot.de/tour/493599144?ref=wtd</a>
Birkenkopf*	4,4	40	110	14:30	30 min	Ca. 15:00	<a href="https://www.komoot.de/tour/496411711?ref=wtd">https://www.komoot.de/tour/496411711?ref=wtd</a>
*ohne Monte Scherbelino	ca. 3	10	80	14:30	15 min	Ca. 14:45	

Wasserversorgungsstellen	Distanz vom Startpunkt MTV	Distanz zum Ziel MTV	Öffnungszeit und Lage
<b>W1:</b> Garage Theodor-Veiel-Str. 53	24,1 km	32,7 km	Von 9:30-11:30 Uhr, 70 m von der Strecke entfernt
<b>W2:</b> Garageneinfahrt Mirabellen Str. 26	33,5 km	23,3 km	Von 10:30-12:00 Uhr, 30 m von der Strecke entfernt
<b>W3:</b> Aussichtspunkt Leonorenstraße	44,3 km	12,5 km	Von 11:30-13:30 Uhr, direkt an der Strecke

Rössleweg Startpunkt / Haltestelle ÖPNV:	Laufdauer (in Std:Min:Sek) bei unterschiedlicher Pace (min/km):							
	7:30	7:00	6:30	6:00	05:30	5:00	4:30	4:00
MTV (komplette Runde) (56,8 km)	07:06:00	06:37:36	06:09:12	05:40:48	05:12:24	04:44:00	04:15:36	03:47:12
Robert-Bosch-Krankenhaus (42,2 km)	05:16:30	04:55:24	04:34:18	04:13:12	03:52:06	03:31:00	03:09:54	02:48:48
Antwerpener Str. (32,5 km)	04:03:45	03:47:30	03:31:15	03:15:00	02:58:45	02:42:30	02:26:15	02:10:00
Hedelfingen (21,8 km)	02:43:30	02:32:36	02:21:42	02:10:48	01:59:54	01:49:00	01:38:06	01:27:12
Gerokruhe (15,9 km)	01:59:15	01:51:18	01:43:21	01:35:24	01:27:27	01:19:30	01:11:33	01:03:36
Weinsteige (13,1 km)	01:38:15	01:31:42	01:25:09	01:18:36	01:12:03	01:05:30	00:58:57	00:52:24
Waldeck (8,6 km)	01:04:30	01:00:12	00:55:54	00:51:36	00:47:18	00:43:00	00:38:42	00:34:24
Birkenkopf (4,4 km)	00:33:00	00:30:48	00:28:36	00:26:24	00:24:12	00:22:00	00:19:48	00:17:36