



HESSISCHER
SpeedTrail
CUP

DAS SIND WIR

Die Trailbuddies - Hessen e.V. wurden im Jahr 2021 gegründet.

Das Vorhaben des Vereins ist es, die Trail Runner/innen aus Hessen zu vereinen. Unser Verein gründete sich aus den Trailbuddies Nordhessen und ist in Anlehnung an die Statuten der Austrian Skyrunning & Trailrunning Association entstanden.

Unser Verein hat sich zur Aufgabe gemacht, eine hessenweite Trail Running Gemeinschaft zu bilden, die Veranstalter von Trail Running Wettkämpfen bei der Umsetzung des ITRA Standards zu unterstützen, eine Trail Running Meisterschaft mit den bestehenden hessischen Trail Running Wettkämpfen durchzuführen und Nachwuchs zu fördern.

PLATZHALTER SPONSOR
2/3 SEITE

128 X 95 MM

SO FUNKTIONIERT'S - DIE REGELN

Um am aufregenden hessischen SpeedTrail-Cup teilzunehmen, folge einfach diesen Schritten:

Anmeldung: Besuche die offizielle Anmeldeseite unter dem folgenden Link:

Hier kannst du jeden der teilnehmenden Läufe für den SpeedTrail-Cup registrieren. Jeder deiner Läufe wird separat registriert. Hierzu benötigen wir deinen Namen, deine Startnummer, die Zeit deines Laufs und die Rangliste der Gesamtwertung. Bitte beachte, dass jeder Lauf nur 14 Tage nach der Veranstaltung registriert werden kann.

Die schnellste Läuferin/der schnellste Läufer, die/der sich registriert hat, erhält 100 Punkte. Platz 2 erhält 90 Punkte, der dritte Platz erhält 80 Punkte ...

Mindestanzahl von Läufen: Um am hessischen SpeedTrail-Cup teilnehmen zu können, musst du mindestens 4 Läufe absolvieren. Diese 4 Läufe werden für die Gesamtwertung berücksichtigt.

Optimiere deine Punktzahl: Wenn du an mehr als 4 Läufen teilnehmen möchtest, werden deine besten 4 Läufe für die Gesamtwertung herangezogen. Nutze diese Möglichkeit, um deine Punktzahl zu optimieren.

Bonus für Vielläufer: Besondere Aufmerksamkeit für Vielläufer! Wenn du an allen verfügbaren Läufen teilnimmst und diese online registrierst, nimmst du automatisch an einer weiteren Wertung teil. Zeige deine Ausdauer und sammle zusätzliche Punkte in dieser exklusiven Kategorie.

Schnür' deine Laufschuhe und werde Teil des Hessischen SpeedTrail-Cups – wir wünschen dir viel Erfolg!

PLATZHALTER SPONSOR
1/3 SEITE

128 X 63 MM

3 Berge Lauf am 06.04.2024

Dodenhausen im Kellerwald

Am ersten Samstag im April ist es wieder soweit, der SV Blau-Weiß Dodenhausen lädt ein zum 20. 3 Berge Lauf am **06.04.2024**.

Gemeinsamer Start für alle drei angebotenen Laufstrecken ist um 13:00 Uhr auf dem Sportplatz in Dodenhausen. Auf stetig steigenden Wegen geht es über Battenhausen hinauf zum Hohen Lohr, wo auf die Läufer/innen eine erste Getränkestation und weitere 21 km Laufstrecke auf überwiegend befestigten Waldwegen warten.

Hinab zum „Kirschbaum“, wo die Straße nach Gemünden überquert wird, beginnt anschließend der mit 2 km kürzeste, aber steilste Anstieg zur Schutzhütte am Jeust (Kilometer 11). Die letzten Meter zum Jeust führen über einen schmalen Trail durch den Kellerwald. Von hier führt die Strecke hinab nach Schönstein, bevor der längste Anstieg zum 675m hohen Wüstegarten folgt. Dort oben am hölzernen und imposanten Aussichtsturm ist der höchste Punkt der Strecke erreicht.

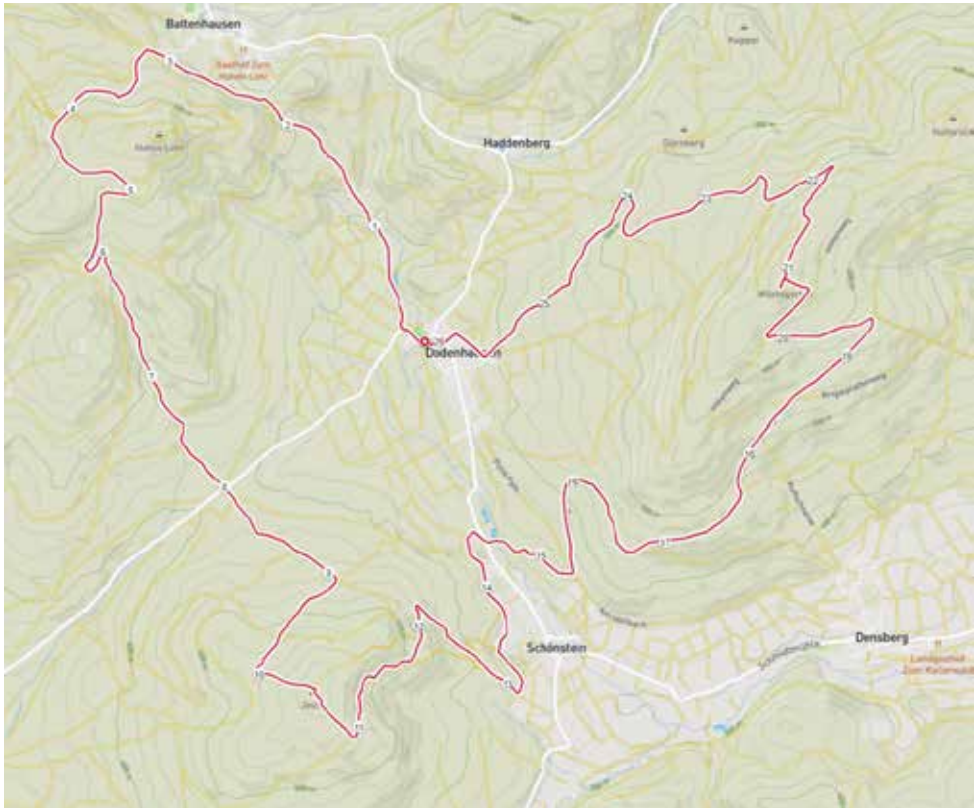
Fortan geht es an der letzten Getränkestation vorbei 5 km bergab zum Ziel an der alten Schule in der Dorfmitte von Dodenhausen.

Auf den 26,2 km durch den Kellerwald gibt es kaum länger Talpassagen oder flache Kammlagen, dafür ein stetes rauf und runter mit fantastischen Ausblicken. Im Ziel haben die Läufer Hohes Lohr, Jeust und Wüstegarten überquert und 900 Höhenmeter überwunden. All dies macht den 3 Berge Lauf zu einem besonderen Erlebnis und sorgt für bleibende Eindrücke.

Folgende Laufstrecken werden angeboten:

3 Berge Lauf (Speedtrail)	26,2 km	ca. 950 HM	12 Euro
Mittelstrecke	13,7 km	ca. 370 HM	6 Euro
Kurzstrecke	4,7 km	ca. 130 HM	6 Euro





Höhenprofil Speedtrail



Kontakt: SV Blau-Weiß Dodenhausen, Klaus Kirschner
 Telefon: 06456-1781, Mail: kirschner.k@gmx.de; normen.stiebig@outlook.de
www.la.sv-dodenhausen.de



Zweite Auflage des Wetzlarer Drachentrails – 07.04.2024

Bist du bereit für ein Laufabenteuer der besonderen Art? Dann sei beim 2. Wetzlarer Drachentrail am **07.04.2024** dabei. Mit Start und Ziel an der Sporthalle Naunheim wartet ein unvergessliches Lauferlebnis auf dich!

Du kannst zwei unterschiedlichen Strecken wählen: Der „**Hungriger Drache**“ mit **19 km und 500 hm** oder der „**Fette Drache**“ mit **35 km und 950 hm**. Bei dem fetten Drachen läufst du nach der Hälfte der Strecke eine extra Schleife, bevor du wieder auf die Strecke des Hungrigen Drachen stößt.



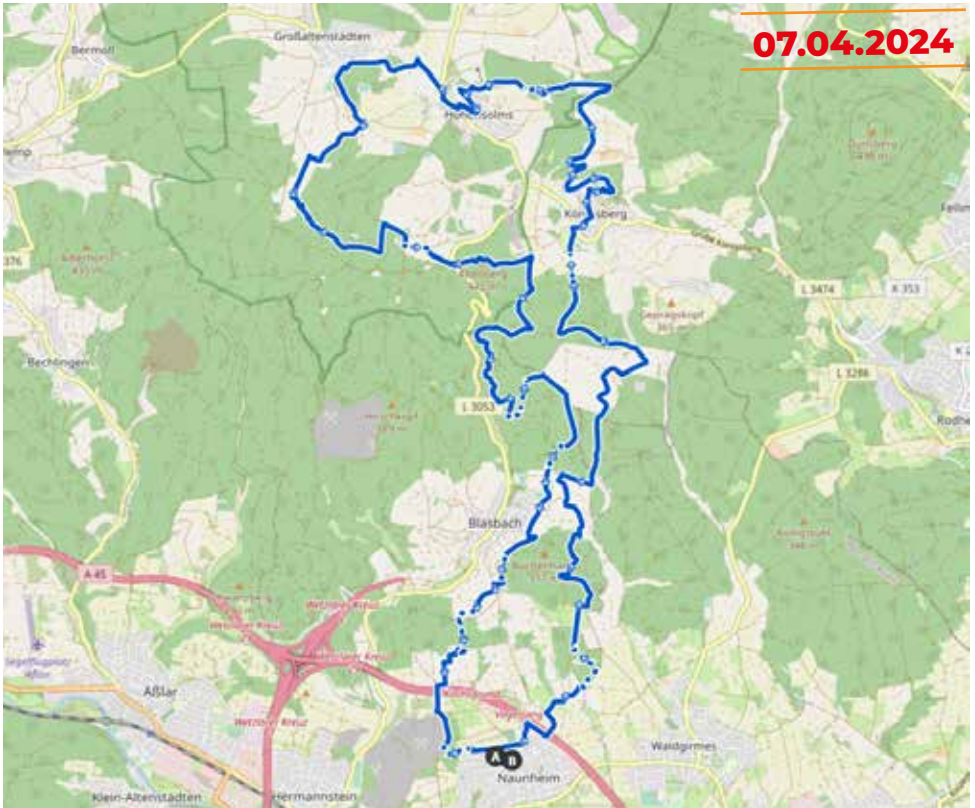
Wir haben dafür gesorgt, dass du nicht zu viel Zeit auf Asphaltwegen oder Waldautobahnen verbringst – stattdessen warten **abenteuerliche und technisch anspruchsvolle Single Trails**. Dich erwarten kaum noch genutzte, **alte Bergmannspfade**. Der Weg wird dich vielleicht durch Schnee und Eis oder strahlendes Frühlingswetter, jedoch auf jeden Fall durch Matsch und über Knüppel, Wurzeln und Steine führen.

Auf deinem Lauf wirst du die traumhafte Mittelgebirgslandschaft Hessens entdecken, inklusive fantastischer Ausblicke auf die Lahn-Dill-Berge und das Gleiberger Land mit seinen **Burganlagen** und **Vulkanschlotten**. Komm vorbei an malerischen **Fachwerkdörfern**, renne durch tiefgrüne **Wälder** und durchquere romantische **Wiesentäler**.

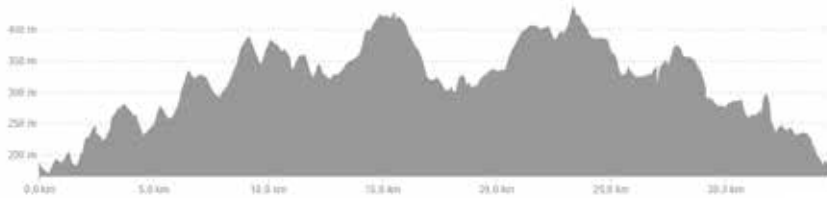
Heiße Aufstiege und rasante Down-Hill-Passagen warten auf dich und bieten dir dein absolutes Laufvergnügen. Nimm die Herausforderung an und sei Teil des 2. Wetzlarer Drachentrails 2024. Getränke, Suppe, Kaffee und Kuchen sowie ein Verkaufsstand vom Laufstall Weilburg laden nach der Veranstaltung zum gemütlichen Zusammensein in der Sporthalle ein. Wir freuen uns sehr, dich an der Startlinie begrüßen zu dürfen.



07.04.2024



Höhenprofil „Fetter Drache“



Weitere Informationen findest du auch auf unserer Homepage unter www.drachentrail.de oder über diesen QR-Code:



Veranstalter: team-naunheim.de





Willkommen beim Bilstein-Marathon

21.04.2024

Euer Landschaftsmarathon in Kleinalmerode. Die Kirschblüte, Eis & Schnee, wolkenloser Himmel mit strahlendem Sonnenschein, Regenschauern und Schlamm-packungen an den Waden, alles ist möglich und von Euch gewünscht. Der Zieleinlauf mit Eurer persönlichen Begrüßung und dem anschließenden Jacobinus Siegerbier sind der krönende Abschluss Eures Laufes. 10 - 42 - Ultra - Wandern, völlig egal. Ihr seid alle Heldinnen und Helden.

Was wird geboten

Die Region Kaufunger Wald – Bilstein mitten in Deutschland. Flach ist anders. Der Blick auf das Höhenprofil bringt bereits einen 160er Puls. Wo wird gelaufen? Der größte Teil der Strecke geht über Wald- und Wirtschaftswege mit Trailpassagen. Teerbelag gibt es selten.

Zur Müllvermeidung bieten wir an den Servicestationen keine Trinkbecher mehr an. **Bitte einen eigenen Trinkbecher mitbringen oder den faltbaren BiMa Becher erwerben.**

Anmeldung, Ausschreibung
und weitere Infos:
www.Bilstein-Marathon.de



BiMa 10 – 10 km mit 270 HM



BiMa 21 Laufen und Wandern – 21 km mit 610 HM



BiMa 42 Laufen und Wandern – 42 km mit 1.300 HM



BiMa 57 Ultra Trail – 57 km mit 1.500 HM



21.04.2024





05.05.2024

Ein Kurort der verbindet – Bad Zwestener „Löwenlauf“!

Der Bad Zwestener Halbmarathon „Löwenlauf“ geht in die nächste Runde. Am Sonntag, den **05.05.2024** fällt wieder der Startschuss für die verschiedenen Strecken durch den Kernort und seine Ortsteile. Die Sportveranstaltung schließt den Kernort auf der Halbmarathondistanz mit seinen vier Ortsteilen einen Sonntag lang zum Wander/Laufuniversum zusammen. Das Generationen umfassende Starterfeld ermöglicht sechsjährigen Einsteigern (U8) bis hin zu Senioren und Seniorinnen in der Altersklasse Ü80 die Teilnahme beim Löwenlauf.

Speedtrail:

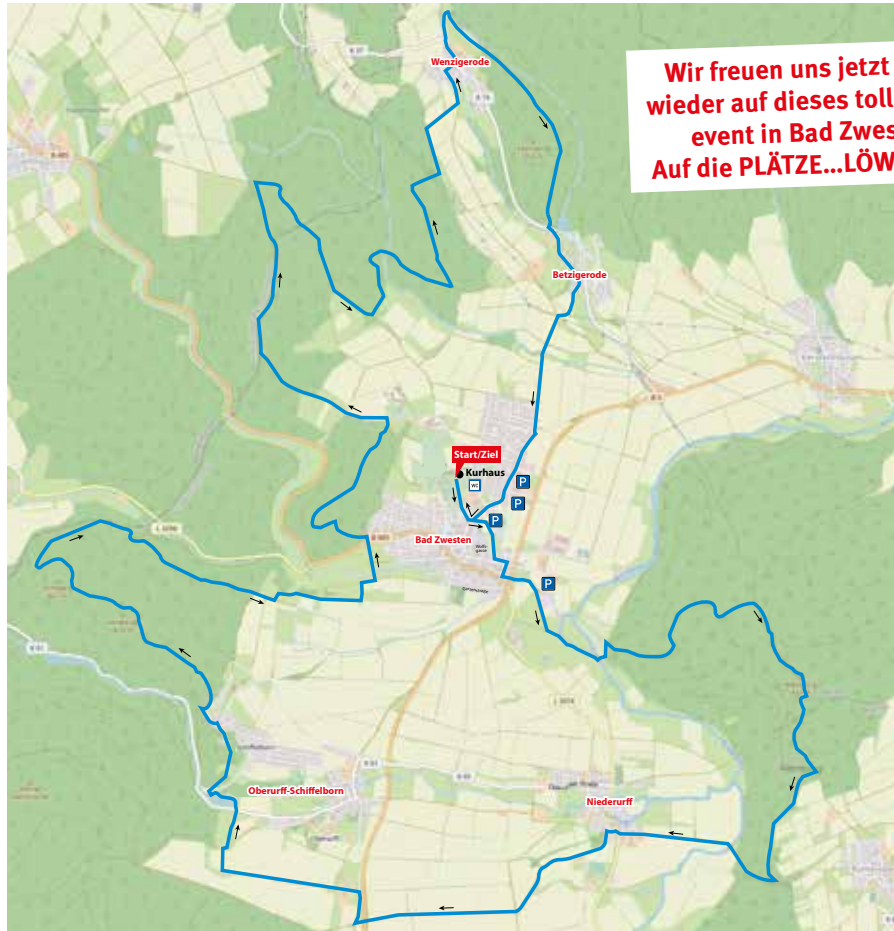
Wer seine läuferischen Grenzen sprengen will, für den ist dieser Speedtrail die richtige Herausforderung. Diese höchst anspruchsvolle Strecke mit insgesamt 32,8 km auf absoluten „high level“ hält direkt zu Beginn die ersten knackigen Höhenmeter für euch bereit. Ist der Altenburgturm mit seinem 432 Höhenmetern erreicht, verläuft die Strecke weiter über Römersberg nach Niederurff. Von dort aus wird nun Kurs auf Oberurff und weitere Höhenmeter genommen. Abschließend führt der Speedtrail durch den Treisberg in die 2te Schleife über Teile des Kellerwaldsteigs hinauf nach Wenzigerode und mit einem langen Downhill zurück nach Bad Zwesten ins Ziel wo dann deine rund 1080 Höhenmetern in deinen Beinen brennen.

Nach dem Motto runter von der Straße und ab ins wilde Gelände bietet unser Speedtrail beste Voraussetzungen und führt über verschiedenste Untergründe, über Stock und Stein zum Ziel. Auf dieser Strecke wirst du nicht nur einmal deinen inneren Schweinehund besiegen müssen. Sage dir selbst den Kampf an!

Folgende Teilnahmemöglichkeiten sind geplant:

Kid´s-Trail	500 Meter
Schülerlauf	3 km
6 km Laufen/Walken	6 km
Halbmarathon Wandern/Walken/Laufen/Staffel (3-Personen)	21,3 km
Speed-Trail	33 km
Schwalmroute, Laufen/Wandern/Walken	11 km





Wir freuen uns jetzt schon wieder auf dieses tolle Sportevent in Bad Zwosten. Auf die PLÄTZE...LÖWE...LOS!

Höhenprofil Speedtrail



Weitere Auskünfte:

Tourist-Information Bad Zwosten, Ringstraße 1, 34596 Bad Zwosten,
 Telefon: 05626/773, E-Mail: tourismus@badzwosten.de, www.loewenlauf-badzwosten.de



9. Vogelsberger Vulkan-Trail

101,0 km / 2.870 Hm
 71,3 km / 2.112 Hm
 43,5 km / 1.108 Hm
 21,3 km / 716 Hm
 12,1 km / 231 Hm
mit Walking

Schotten

07./08. Juni 2024

www.vulkantrail.de

seit 1859
TGV
 Schotten

9. Vogelsberger Vulkan-Trail

07./08.06.2024

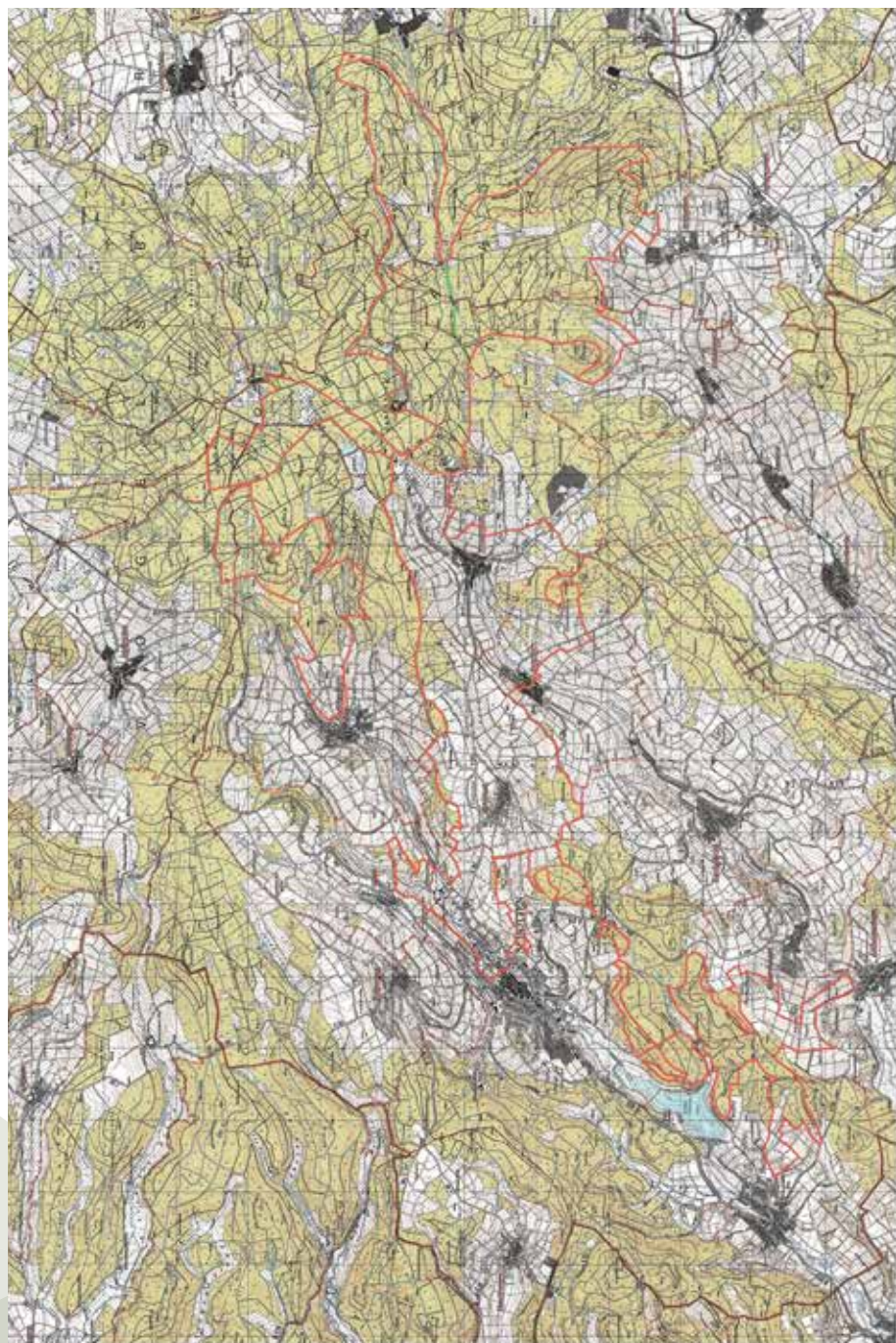
Zum neunten Mal findet der Vogelsberger Vulkan-Trail, auf dem größten erloschenen Vulkangebiet Europas am **07./08. Juni 2024** statt. Die Strecken führen überwiegend über naturbelassene Wanderwege und Radwege (Single-Trails). Dabei sind markante Anlaufpunkte und besonders schöne Stellen des Vogelsberges wie Hoherodskopf, Bilstein, Herchenhainer Höhe, Taufstein, Gackerstein oder der Nidda-Stausee einbezogen, somit sind die Strecken mit einem eindrucksvollen Naturerlebnis verbunden.

Strecken:

Ultra-XL:	101,0km; 2.870 HM (4 ITRA-Punkte)
Ultratrail:	71,3km; 2.112 HM (3 ITRA-Punkte)
Marathontrail:	43,5km; 1.108 HM
Halftrail:	21,3km; 716 HM
Funtrail:	12,1km; 231 HM (mit Walking/ Kids-Trail)
Kids-Trail:	ca. 1,2-1,5km

Ausschreibung/Anmeldung: www.vulkantrail.de
 Facebook: Vogelsberger Vulkan-Trail





1:25000

km

Copyright (c) Hessisches Landesvermessungsamt (2001)



01.09.2024



Der HochRhön-Berg Trail 28K bietet euch mit dem Buchschirmberg und dem Ellenbogen zwei fantastische Gipfelausblicke im wunderschönen Mittelgebirge der Hochrhön!

Start und Ziel ist das Sportgelände des TSV Hilders auf 422m ÜNN. Die Strecke führt gleich zu Anfang, über den schönen Singletrail-Aufstieg der Ritterschlucht, hinauf zum Auersberg. Von dort geht es auf halber Höhe über den Bergsattel Köpfchen auf Forstwegen, Wiesentrails und feine Wandertrails hinauf zum Buchschirm-Gipfel auf 746m ü.NN. Hier habt ihr an der VP Krone einen fantastischen Ausblick auf die 950m hohe Wasserkuppe, sowie auf den unter euch im Tal liegenden Startort Hilders. Vorbei am Gipfelkreuz und dem Buchschirmkamm folgend, lauf ihr nun weiter bis zur ehemaligen Innerdeutschen Grenze. In Thüringen angekommen folgt nach einem ein leicht welligen Auf und Ab, ein steiler Forstweg-Downhill mit bis zu 17% Gefälle. Danach dürft ihr auf einem Singletrail den 813m hohen Ellenbogen erklimmen. Auch hier kann man an der VP Noahs Segel einen fantastischen Rundumblick genießen. Danach geht es durch den Rhönwald wieder zurück nach Hessen. Am Buchschirm wieder angekommen folgt ein schöner und sehr fordernder Downhill, der euch wieder zurück nach Hilders ins Ziel führt.

Der HochRhön-Berg Trail ist eine Veranstaltung mit Herzblut. Von Trailrunnern für Trailrunner, mit fantastischen Ausblicken über das Mittelgebirge der Rhön.

Mehr Informationen findet Ihr unter
www.beck-bergtrail.de

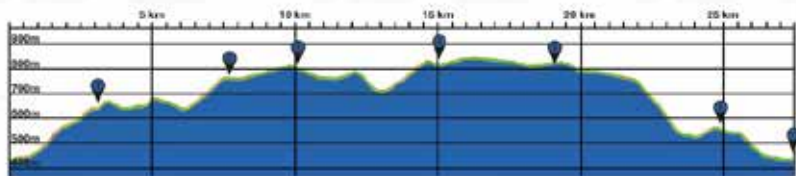
Komoot Link zur 28K:
www.komoot.de/tour/971062863



HOCHRHÖNBERGTRAIL

28K / 750hm

Verpflegungspunkte



↗ 750 hm

▲ 820 m ü. NN

↔ 28,3 km

↘ 750 hm

▼ 420 m ü. NN

📍 Auersberg (3,17km / 622 ü. NN)

📍 Krone Buchschim (7,61km / 740 ü. NN)

📍 Ehem, Innerdeutsche Grenze (10,2km / 785 ü. NN)

📍 Noahs Segel, Ellenbogen (15,1km / 813 ü. NN)

📍 Ehem, Innerdeutsche Grenze (19,1km / 785 ü. NN)

📍 Galgenberg (24,9km / 513 ü. NN)

📍 Ziel (28,3km / 422 ü. NN)



DU MÖCHTEST TRAILBUDDIES - HESSEN E.V. MULTIPLIKATOR WERDEN !?

Wir suchen Dich:

Werde Multiplikator oder Trail Running Guide!

Unser Sport hat nur sehr wenig Lobby, das soll sich ändern! Um ein aktives, hessenweites Vereinsleben zu erzeugen ist wichtig, dass sich die Mitglieder und welche die es werden möchten regelmäßig treffen. Hierzu hat es sich sehr bewährt regelmäßig Funny Trails zu veranstalten, bei denen jeder kostenlos mitmachen kann. Zu diesem Zweck hat die ASTA eine Ausbildung zum Trail Running Guide entwickelt. Die Ausbildung findet in Verbindung mit der ASTA in für Deutschland zentral in Hessen am Edersee statt. Der Trail Running Guide organisiert die Funny Trails und teilt die Veranstaltung über das Netzwerk mit allen anderen Mitgliedern. Dadurch ergibt sich für Jeden die Möglichkeit, bei einem anderen Guide mitzulaufen und andere, neue Teile Hessens kennenzulernen.

Um ein gutes und klares Netzwerk in ganz Hessen zu generieren, ist es notwendig Menschen vor Ort zu haben, die Ansprechpartner sind, die das Vereinsleben weiter aufbauen wollen, die Trail Running Guides unterstützen und ihre sozialen Kontakte (Medien) nutzen wollen, um den Vereinsgedanken und die Vision zu teilen.

Dein Profil:

- Du bist naturverbunden und liebst es dich darin aufzuhalten.
- Du interessierst dich für das Thema Trail Running und praktizierst es nach Möglichkeit auch.
- Du kommunizierst gern mit anderen Menschen und kannst deine Überzeugung auf andere übertragen.

Deine Aufgaben als Multiplikator:

- Menschen in deiner Umgebung, die sich für das Thema Trail Running interessieren bei den Trailbuddies Hessen e.V. zu bündeln.
- In deinem Umfeld schauen, wer sich zum Trail Running Guide eignet und sich ausbilden lassen möchte.
- Zusammen mit dem Trail Running Guides Funny Trails veranstalten.
- Bei dem Aufbau der Vernetzung der Multiplikatoren untereinander und die Gewinnung weiterer Multiplikatoren zu helfen.
- Ansprechpartner vor Ort sein.

Die Multiplikatoren treffen sich mindestens einmal im Jahr zum Multiplikatorentreffen. Zu dieser Veranstaltung sollen alle wichtigen Themen besprochen werden. Das Treffen dient aber vor allem zum Austausch, zum Kennenlernen und der Weiterentwicklung.

Interesse geweckt!? Dann schreib uns an Info@Trailbuddies-Hessen.de

**PLATZHALTER SPONSOR
GANZE SEITE**

128 X 190 MM

**PLATZHALTER SPONSOR
1/3 SEITE**

128 X 63 MM

**PLATZHALTER SPONSOR
1/3 SEITE**

128 X 63 MM

**PLATZHALTER SPONSOR
1/3 SEITE**

128 X 63 MM

**PLATZHALTER SPONSOR
GANZE SEITE**

128 X 190 MM



SPEEDTRAIL-CUP - WERTUNGSLÄUFE

6. April 2024

3 Berge Lauf, 26,2 km
Dodenhausen im Kellerwald

7. April 2024 35 km

2. Wetzlarer Drachentail,
Fetter Drache, Naunheim

21. April 2024 21 km

Bilstein-Marathon, BiMa 21,
Kleinalmerode

5. Mai 2024 33,4 km

Speedtrail Bad Zwestener
Löwenlauf, Bad Zwesten

7./8. Juni 2024 33,4 km

9. Vogelsberger Vulkan-Trail,
Schotten

1. September 2024

3. HochRhön-BergTrail,
Hilders



HESSISCHER
SpeedTrail
CUP