



## REGLEMENT

### GAPA EVERESTING FESTIVAL 2026

#### 1. VERANSTALTUNGSCHARAKTER/TEILNAHMEBEDINGUNGEN

Was ist das GAPA EVERESTING FESTIVAL 2026 (im Folgenden GEF genannt), wer darf mitmachen und was musst du können?

Bei dem GAPA EVERESTING FESTIVAL stellen sich die Teilnehmer einer ganz besonderen Herausforderung: 18-mal wird der Eckbauer in Garmisch-Partenkirchen erklimmen – jeweils 3,3 Kilometer lang mit knapp 500 Höhenmetern pro Aufstieg.

Ziel ist es, durch die Wiederholungen die Höhe des Mount Everest (8.848 m) zu erreichen.

Nach jedem kräftezehrenden Aufstieg geht es mit der Gondel zurück ins Tal, bevor der nächste Durchgang beginnt.

Die Kombination aus sportlicher Ausdauer, mentaler Stärke und beeindruckender Bergkulisse macht dieses Event zu einem unvergesslichen Erlebnis für Trailrunner und Bergsportbegeisterte.

Mit der Unterschrift der Haftungserklärung bestätigt jeder seine volle Sporttauglichkeit. Daher bitten wir um große Eigenverantwortung und auf eigene Rücksichtnahme. Im Zweifel raten wir daher bei Krankheiten oder Verletzungen nicht an den Start zu gehen.

Grundsätzlich gilt: jeder Starter muss mindestens 18 Jahre alt sein. (Ausnahme 14-17 Jahre mit Erlaubnis der Erziehungsberechtigten)

Die hier von uns aufgelisteten Punkte sind nicht abschließend, sondern gelten vielmehr als Beispiele und allgemeine Erfahrungswerte.

#### 2. AUTONOMIE DER TEILNEHMER

Auch wenn es auf der Strecke vermutlich nie einsam wird, ist trotzdem jeder auf sich allein gestellt. Das heißt: Jeder Teilnehmer muss sich aus eigener Kraft auf der Strecke orientieren können - ohne Hilfe von außen.

#### 3. STRECKE

Die Strecke führt von der Talstation des Eckbauers auf dem direktesten Weg zur Bergstation des Eckbauers.

Auf den ersten ca. 2 Kilometern ist der Weg relativ breit und in einer wechselnden Kombination aus Schotter und Asphalt. Danach geht dieser in einen etwas schmaleren Trail über, der sich aus Waldwegen, und Schotterwegen zusammensetzt.

Insgesamt ist die Strecke 3,3 Kilometer lang und es müssen 498 Höhenmeter bewältigt werden.

#### 4. WERTUNGSKATEGORIEN

Im Solo-Wettbewerb sind acht Wertungskategorien ausgeschrieben:

- MEN und WOMEN
- MASTER MEN und MASTER WOMEN (ab 40 Jahre)
- SENIOR MASTER MEN und SENIOR MASTER WOMEN (ab 50 Jahre)
- GRAND MASTER MEN und GRAND MASTER WOMEN (ab 60 Jahren)

In den Staffel Bewerben sind drei Wertungskategorien ausgeschrieben:

- MEN
- WOMEN
- MIXED

GaPa500:

gewertet werden DIE schnellste Läuferin und DER schnellste Läufer

In den Altersklassen gilt: Stichtag ist der Starttag des Events. Sollte die Mindestteilnehmerzahl von **15 Startern** pro Kategorie nicht erreicht werden, werden die betroffenen Teilnehmer mit einer anderen Kategorie zusammen gewertet.

#### 5. STARTNUMMER

Die Startnummer, die nicht übertragbar ist, bekommt jeder Teilnehmer an der Registrierung gegen Abgabe der unterschriebenen Haftungserklärung (vorheriger Download in der Anmeldemaske), Bestätigung des Online-Briefings und Vorlage des jeweiligen Personalausweises. Die Startnummer muss während des Rennens komplett sichtbar sein und darf nicht abgenommen werden.

**PLAN B**

WE SHARE YOUR PASSION

PLAN B event company GmbH | Mühlweg 1b | D-82054 Sauerlach | T +49 (0)8104 8880 226 | F +49 (0)8104 8880 626 | M info@planb-event.com | H www.planb-event.com | Geschäftsführer: Uta Albrecht, Heinrich Albrecht | HRB 151480 | Bankhaus Donner & Reuschel München | IBAN: DE26 2003 0300 0365 8545 01 | BIC: CHDBDEHHXXX |



## 6. ZEITNAHME

Ein Transponder an der Startnummer übermittelt eure Laufzeit. Sollte er nicht funktionieren oder verloren gegangen sein, muss dies sofort den Kontrollstellen mitgeteilt werden. Alle Staffeln bekommen zusätzlich einen Transponder (in Form eines Neopren Klettbands), der die Staffelzeit aufzeichnet und als Staffelstab fungiert.

## 7. BEKLEIDUNG/AUSRÜSTUNG

Die folgende Ausrüstungsliste ist die verpflichtende Ausrüstung für das GAPA EVERESTING FESTIVAL.

- **Geschlossene Trailrunning-Schuhe** mit Profilsohle
- Funktionstüchtige **Stirnlampe** mit Ersatzbatterie/Akku bzw. Ersatzlampe (Muss zum Start ab 20 Uhr – 06 Uhr mitgeführt werden)
- **Faltbecher** (oder ähnliches) zur Aufnahme von Getränken an den Verpflegungsstellen/ Start- und Zielbereich
- **Faltschüssel** o.ä. zur Aufnahme von Speisen wie Nudeln oder Suppe
- **Göppel** (Gabel und Löffel ) zur Aufnahme von Speisen an den Verpflegungsstationen (darf auch im jeweiligen Dropbag deponiert werden)
- **Notfallset** (1x Kompressen 10x10, 1x Verbandspäckchen, Rettungsdecke)
- **Beschriftung** der auf der Strecke mitgeführten Lebensmittel-Verpackungen mit der Startnummer
- **Mobiltelefon** mit eingespeicherter Notruf-Nummer zum Absetzen von Notrufen und zum Abmelden bei vorzeitigem Rennabbruch (Mobiltelefon muss auch im Ausland funktionieren)

Empfohlene Ausrüstung (diese kann jederzeit bei entsprechender Witterung zur Pflichtausrüstung erklärt werden):

- **Wasserdichte Jacke mit getapten Nähten**, wenn angegeben: mind. 10.000 mm Wassersäule (ersetzt nicht die warme Kleidung)
- **Warme Kleidung** (langärmliges Oberteil bzw. Ersatz T-Shirt und Armlinge + lange Hose bzw. Beinlinge) als isolierende Zwischenschicht unter der Überbekleidung - Hier gilt die Grundregel, dass keine Haut sichtbar sein darf!
- **Handschuhe** und **Mütze**

**UNSER TIPP:** Sonnencreme, Fettcreme gegen Wundscheuern, Sonnenbrille, Stöcke, eigene Verpflegung und etwas Kleingeld

## 8. BRIEFINGS/START

Der Start erfolgt in 3 Startwellen nach entsprechendem ITRA-Index (gilt nicht für GaPa500).

Am Wettkampftag beginnt die Startaufstellung 30 Minuten vor der ersten offiziellen Startzeit. 15 Minuten vor dem ersten Startschuss gibt es die letzten Neuigkeiten im Startbereich.

## 9. NEUTRALISIERTER START

Beim neutralisierten Start bis 68 HM ist das Überholen des Führungsbikes nicht erlaubt. Hier erfolgt der scharfe Start.

## 10. MARKIERUNG DER STRECKE

Die Route wird mit Kreidespray, Schildern, Trassierbändern, Fähnchen usw. ausgeschildert. Leider kann es vorkommen, dass Markierungen von Dritten entfernt werden, verschwinden oder bei Nebel oder Schneefall verdeckt sind. Wir bitten hier um Verständnis. Direkt nach Ablauf des Zeitlimits ist die Strecke gesperrt, daher werden auch zeitnah die Markierungen der Strecke entfernt.

## 11. KONTROLL- & VERPFLEGUNGSSTELLEN

Verpflegungsstellen: Jeweils im Ziel- und Startbereich gibt es eine Verpflegungsstelle mit Getränken und Obst, warmen Speisen und Heißgetränke.

Kontrollstellen: An den Kontrollstellen werden alle in der Reihenfolge ihres Eintreffens eingescannt. An den Kontrollstellen erfolgt auch die Übergabe der Staffeln. Bei Nichteinhaltung werden Strafen bis hin zur Disqualifikation ausgesprochen.

Ärztliche Kontrollstellen - MEDICAL CHECK – Triage:

Jeder ist verpflichtet, die ärztlichen Checkpoints (Triage) zu passieren und den Anweisungen des medizinischen Personals Folge zu leisten. Bei Auffälligkeiten hinsichtlich der psychischen und/oder physischen Leistung können einzelne Teilnehmer zum ärztlichen Check aufgefordert werden. Hier bekommt ihr aber auch Hilfe oder Ratschläge.

## 12. ZEITLIMITS/ZIEL

Das Zeitlimit ist auf 27 Stunden nach dem ersten Start festgelegt.

Bei dem Start um 09:00 Uhr morgens ist Zielschluss um 12:30 Uhr am nächsten Tag an der Bergstation.

**PLAN B**

**WE SHARE YOUR PASSION**

PLAN B event company GmbH | Mühlweg 1b | D-82054 Sauerlach | T +49 (0)8104 8880 226 | F +49 (0)8104 8880 626 | M info@planb-event.com | H www.planb-event.com | Geschäftsführer: Uta Albrecht, Heinrich Albrecht | HRB 151480 | Bankhaus Donner & Reuschel München | IBAN: DE26 2003 0300 0365 8545 01 | BIC: CHDBDEHHXXX |



## 13. ZEITSTRAFEN UND DISQUALIFIKATION

Bei Regelverstößen können Zeitstrafen zwischen 5 und 120 Minuten ausgesprochen werden oder es kann sogar zu Disqualifizierungen kommen. Hinweis: in diesem Fall wird das Startgeld nicht erstattet. Um das zu vermeiden, müssen die folgenden Punkte beachtet werden:

Jeder ist verpflichtet die GEF-Regeln einzuhalten (s. Punkt 19). Genauso müssen die Voraussetzungen unter Pkt. 1 des Reglements erfüllt werden. Niemand sollte gesundheitliche Probleme haben oder verbotene Substanzen (Doping) einnehmen. Alle Anweisungen des offiziellen Personals müssen beachtet werden, ebenso wie die Straßenverkehrsordnung. Die Pflichtausrüstung muss während des gesamten Rennens mitgeführt werden, hier darf auf der Strecke keine Kontrolle verweigert werden. Selbstverständlich darf die Umwelt nicht verschmutzt werden, außerdem ist es verboten die Strecke abzukürzen. Gegenseitige Hilfe im Notfall ist selbstverständlich.

## 14. AUSSCHEIDEN AUS DEM RENNEN

Sollte ein Teilnehmer aus dem Rennen ausscheiden, muss sich dieser unverzüglich bei den Alpin Medics unter der Rufnummer **+49 151 550 101 48** abmelden, da sonst eine möglicherweise teure und aufwendige Suchaktion auf Kosten des Teilnehmers eingeleitet wird. Nach dem Ausscheiden besteht kein Anspruch auf einen Transfer.

## 15. MEDIZINISCHE NOTFALLVERSORGUNG

Start-/Zielbereich: Die Gesundheit liegt uns am Herzen. Jeweils eine Stunde vor jedem Start und eine Stunde nach dem letzten Läufer kann der medizinische Service in Anspruch genommen werden. Nachdem der Andrang groß sein kann, ist es wichtig rechtzeitig da zu sein, sonst besteht kein Anspruch einer medizinischen Versorgung.

Während des Rennverlaufs: Sicherheit geht über alles. Deshalb stehen auf der Strecke bis zum letzten Teilnehmer Kräfte der Alpin Medics und/oder von öffentlichen Rettungsorganisationen bereit. Sollte jemand in Not geraten, muss umgehend die medizinische Info-Hotline kontaktiert werden. Jeder Teilnehmer ist verpflichtet, Erste Hilfe zu leisten. Keine Sorge: der Zeitverlust wird wieder gutgeschrieben.

In der Natur gibt es immer wieder unvorhergesehene Umstände, die eine unmittelbare Hilfeleistung verzögern. Jeder wird hier gefordert – durch Eigenverantwortung und Selbstdisziplin. Die ALPIN MEDICS darf jederzeit Teilnehmer disqualifizieren und aus dem Rennen nehmen, die nicht mehr in der Lage sind, das Rennen aus eigener Kraft oder nur mit einer drohenden Gesundheitsgefährdung und/oder Gefährdung des eingesetzten Streckenpersonals bzw. der ALPIN MEDICS zu beenden.

Was darf die ALPIN MEDICS noch? Zunächst darf sie Teilnehmer unter medizinischen Aspekten untersuchen und die Pflichtausrüstung kontrollieren, Teilnehmer mit den geeigneten Transportmitteln abtransportieren oder evakuieren und direkt oder über die öffentliche Rettung in das nächstgelegene geeignete Krankenhaus bringen, falls es der Zustand erfordert.

Kosten für einen möglichen Einsatz zur geeigneten Bergung außerhalb der Dienste der ALPIN MEDICS fallen dem Teilnehmer zu Lasten.

### **MEDIZINISCHE INFO-HOTLINE: +49 151 550 101 48 EURO-NOTRUF 112**

Die medizinische Info-Hotline steht auf der Rückseite der Startnummer und muss im Handy eingespeichert sein. Sollte die medizinische Info-Hotline nicht erreichbar sein, ist unverzüglich die Notrufnummer 112 zu kontaktieren.

## 16. DOPING

Jeder Fall von Doping führt zur sofortigen Disqualifikation des entsprechenden Teilnehmers. Verboten sind intravenöse Infusionen ohne medizinische Ausnahmegenehmigung, auch bei einer belastungsinduzierten Dehydratation. Über gerechtfertigte medizinische Anwendungen entscheidet der Rennarzt nach dem Regelwerk der WADA. Dopingkontrollen sind jederzeit möglich.

## 17. HILFE VON AUSSEN

Hilfe von außen (durch Zuschauer, Betreuer oder andere Teilnehmer) ist grundsätzlich nicht erlaubt! Das heißt auch, dass es verboten ist auf der Strecke Getränke oder Verpflegung von Helfern anzunehmen. Ausnahmen:

- An den offiziellen Verpflegungsstellen im Start- Zielbereich darf ihr Verpflegung und/oder Getränke von Betreuern annehmen
- Bei Stürzen, Verletzungen oder anderen Notsituationen darf ihr jederzeit auf der Strecke Hilfe annehmen (in jeglicher Form).

## 18. UMWELT/NATURSCHUTZ

Trailrunner sind keine Umweltverschmutzer. Deshalb: Abfall nur an den Verpflegungsstellen entsorgen und die Natur nicht vorsätzlich beschädigen.

**PLAN B**

**WE SHARE YOUR PASSION**

PLAN B event company GmbH | Mühlweg 1b | D-82054 Sauerlach | T +49 (0)8104 8880 226 | F +49 (0)8104 8880 626 | M info@planb-event.com | H www.planb-event.com | Geschäftsführer: Uta Albrecht, Heinrich Albrecht | HRB 151480 | Bankhaus Donner & Reuschel München | IBAN: DE26 2003 0300 0365 8545 01 | BIC: CHDBDEHHXXX |



## 19. DIE REGELN

Das GAPA EVERESTING FESTIVAL findet auf öffentlichen und nicht gesperrten Plätzen, Straßen, Forststraßen und Wanderwegen statt.

Die Teilnehmer müssen sich jederzeit an die Straßenverkehrsordnung des jeweiligen Landes halten. Alle Teilnehmer müssen den Anweisungen der Polizei und des offiziellen Streckenpersonals Folge leisten.

Die Betreuung vom Fahrrad ist verboten. Beeinträchtigungen des Rennverlaufs durch Begleitfahrzeuge jeglicher Art werden mit Disqualifikation des unterstützten Teilnehmers geahndet. Falls Begleitfahrzeuge auf den für öffentlichen Verkehr gesperrten Streckenabschnitten angetroffen werden, führt dies umgehend zur Disqualifikation des zu unterstützenden Teilnehmers.

Begleitern einzelner Teilnehmer oder Teams ist es aus naturschutzrechtlichen Gründen strengstens untersagt, die Strecke und die umliegende Natur zu verschmutzen oder zu beschädigen. Dazu zählt insbesondere das Besprühen oder Bemalen der Strecke. Bei Verstoß führt dies umgehend zur Disqualifikation der Teilnehmer, welche unterstützt wurden oder unterstützt werden sollten.

Sofort disqualifiziert wird, wer Abfall wie Verpflegungsverpackungen, Flaschen oder Getränkebecher in der Natur statt an den Verpflegungsstellen entsorgt.

Wer mit Stöcken startet, muss diese auch bis zum Ziel bei sich tragen. Umgekehrt darf kein Teilnehmer, der ohne Stöcke gestartet ist, sich diese unterwegs reichen lassen. Diese Regelung gilt pro Runde, nicht für das gesamte Strecke.

Fixe, mechanische Verbindungen zwischen den Läufern sind aus Sicherheitsgründen verboten.

Es gilt unter allen Teilnehmern und Teams das Gebot der Rücksichtnahme, Sportlichkeit und Fairness.

## 20. PROTEST UND JURY

Jeder Teilnehmer kann bei Regelverstößen anderer Teilnehmer oder gegen Entscheidungen der Rennleitung bis zu einer Stunde nach Zielschluss Protest im Race Office einlegen und Zeugen benennen. Eine Jury entscheidet dann innerhalb von 24 Stunden den Protest. Sämtliche benannten Zeugen müssen dazu erscheinen. Die Protestgebühr beträgt € 100,00. Die Protestgebühr verbleibt bei verlorenem Protest beim Veranstalter. Die oben aufgeführten Verstöße, die zu Zeitstrafen oder Disqualifikationen führen können, stellen nur einen Auszug aus noch weiteren möglichen Aktionen, die durch Strafen geahndet werden können, dar.

## 21. KÜNDIGUNG ZWISCHEN TEILNEHMER UND VERANSTALTER

Der Veranstalter behält sich jedem einzelnen Teilnehmer gegenüber bis zum offiziellen Schluss der Veranstaltung ein vertragliches Kündigungsrecht in der Form eines Rücktrittsrechtes nach §§ 324, 241 Abs.2 BGB vor. Die Abwicklung erfolgt dann nach § 346 BGB.

**Etwaige Änderungen dieses Reglements behält sich die Renn- und Organisationsleitung immer vor.**

**Hinweis:** Aus Gründen der Lesbarkeit wurde im Text die männliche Form gewählt, nichtsdestoweniger beziehen sich die Angaben auf Angehörige aller Geschlechter.

Stand: 27.1.2026

**PLAN B**

**WE SHARE YOUR PASSION**

PLAN B event company GmbH | Mühlweg 1b | D-82054 Sauerlach | T +49 (0)8104 8880 226 | F +49 (0)8104 8880 626 | M info@planb-event.com | H www.planb-event.com | Geschäftsführer: Uta Albrecht, Heinrich Albrecht | HRB 151480 | Bankhaus Donner & Reuschel München | IBAN: DE26 2003 0300 0365 8545 01 | BIC: CHDBDEHHXXX |