

9. Silvrettarun 3000: Marathon auf einen Dreitausender

Hobbyläufer und Marathonprofis kämpfen am 18. Juli 2020 beim 9. Silvrettarun 3000 auf einer Bergmarathon- oder drei kürzeren Trailrunning-Distanzen um die schnellste Zeit von Ischgl nach Galtür. NEU: Die neue Route „Light“ schließt mit rund 19 Kilometern die Lücke zwischen der Small- und Medium-Strecke. Das Gesamtpreisgeld beträgt 14.000 Euro. Eine Anmeldung ist ab sofort möglich.

Zeit, die Laufschuhe zu schnüren: Beim 9. Silvrettarun 3000 stellen sich versierte Hobbyathleten und Marathonläufer auf der Strecke von Ischgl nach Galtür der Herausforderung „Marathon auf einen Dreitausender“. Hier heißt es auf der Strecke „Hard“ mit 42,195 Kilometern über 1.814 Höhenmeter das knapp 3.000 Meter hohe Kronenjoch zu bezwingen. Wem das zu anspruchsvoll ist, findet auf einer der drei abwechslungsreichen, kürzeren Trailrunning-Distanzen sein Glück. Im Ziel winkt den schnellsten Athleten ein Gesamtpreisgeld von 14.000 Euro, das gleichberechtigt auf Damen und Herren verteilt wird. Dazu läuft jeder Teilnehmer auch noch für den guten Zweck, denn pro Teilnehmer gehen fünf Euro des Startgeldes an den Charity Partner „Wings for Life“. Neben den Einzelwertungen in den vier Distanzen sind 2020 auch wieder Kinder-, Team- und Gruppenwertungen möglich. Das Rennen ist Teil des „Österreichischen Berglaufcups 2020“. Tipp für Schnellentschlossene: Wer sich bis zum 31. Dezember 2019 anmeldet, zahlt für die Strecken „Small“ und „Light“ ein vergünstigtes Startgeld von 29 Euro bzw. für die Strecken „Medium“ und „Hard“ 38 Euro. Alle Infos und Anmeldung ab sofort unter www.silvrettarun3000.com.

Von Small bis Hard: Die richtige Herausforderung für jeden

Vier imposante Trailrunning-Strecken leiten die Läufer beim 9. Silvrettarun 3000 vom Start in Ischgl bis ins Ziel nach Galtür – Naturerlebnis inmitten der spektakulären Bergkulisse inklusive. Neben der herausfordernden Marathonstrecke (42,195 Kilometer und 1.814 Höhenmeter) stehen die Varianten „Small“ (11,2 Kilometer und 306 Höhenmeter), „Light“ (19,36 Kilometer und 873 Höhenmeter) und „Medium“ (29,9 Kilometer und 1.482 Höhenmeter) auf dem Programm. „Mit der neuen Strecke ‚Light‘ haben wir jetzt vier unterschiedlich anspruchsvolle Distanzen und damit für wirklich alle Läufer etwas dabei“, freut sich Josef Kurz vom Tourismusverband Paznaun – Ischgl über die neue Strecke. Auch 2020 gibt es neben der Einzelwertung wieder eine Team- und Gruppenwertung. Für die Teamwertung tritt auf jeder Strecke jeweils ein Teilnehmer an. Alle vier Zeiten werden addiert, das schnellste Team gewinnt. Neu 2020: In diesem Jahr werden auch die

schnellsten drei Teams mit Preisgeld belohnt. Der Wanderpokal für die Gruppenwertung geht unabhängig von Zeit und Strecke an die größte angetretene Gruppe.

Auch kleine Läufer kommen groß raus

Beim Silvretta Kids Run presented by Volksbank Tirol am 17. Juli 2020 können junge Nachwuchsläufer ab vier Jahren Rennluft schnuppern. Auf die Youngsters warten mit Start und Ziel in Galtür drei verschiedene Distanzen. Je nach Alter geht es ab 17 Uhr auf die Routen „Mini“ (450 Meter), „Midi“ (1.000 Meter) und „Maxi“ (2.000 Meter). Das Beste: Alle Nachwuchsläufer bekommen bei der Siegerehrung eine Medaille und ein Geschenk. Das Startgeld für Kinder beträgt sieben Euro.

Laufen für den guten Zweck

Laufend Gutes tun? Pro Teilnehmer werden fünf Euro des Startgeldes an den Charity Partner „Wings for Life“ gespendet und damit weltweit Forschungsprojekte und klinische Studien zur Heilung von Patienten mit verletztem Rückenmark oder Querschnittslähmungen unterstützt. Seit 2017 zählt der Silvrettarun 3000 zu den „Bronze Partnern“ von „Wings for Life“.

Weitere Infos und Anmeldung: www.silvrettarun3000.com.

Daten und Fakten

Termin: 17. und 18. Juli 2020

- Freitag, 17. Juli 2020 ab 17.00 Uhr: Silvretta Kids Run mit Siegerehrung, Möglichkeit zur Nachnennung Silvrettarun, Pastaparty, Streckenbriefing durch OK-Team
- Samstag, 18. Juli 2020: Start Strecken Medium und Hard: 8.00 Uhr; Start Strecke Small und Light für Läufer und Nordic Walker: 10.00 Uhr; Siegerehrung für alle Klassen: ca. 15.30 Uhr

Strecken:

- Small: 11,2 km / 306 Hm
- Light: 19,36 km / 873 Hm
- Medium: 29,9 km / 1.482 Hm
- Hard: 42,195 km / 1.814 Hm

Startgeld:

- Anmeldung bis 31.12.2019: 29 Euro (Small/Light/Nordic Walking); 38 Euro (Medium/Hard)
- Anmeldung bis 30.04.2020: 39 Euro (Small/Light/Nordic Walking); 48 Euro (Medium/Hard)
- Anmeldung bis 12.07.2020: 49 Euro (Small/Light/Nordic Walking); 58 Euro (Medium/Hard)
- Anmeldung ab 13.07.2020: 59 Euro (Small/Light/Nordic Walking); 68 Euro (Medium/Hard)
- Anmeldung Silvretta Kids Run: 7 Euro
- Alle Anmeldungen bis zum 09.07.2020 erhalten personalisierte Startnummern.

(4.752 Zeichen mit Leerzeichen)

November 2019

Hier zum direkten Bilder-Download: [Silvrettarun 3000 2020](#)

Bildunterschriften:

Silvrettarun3000_2020_1: Hobbyläufer und Marathonprofis kämpfen am 18. Juli 2020 beim 9. Silvrettarun 3000 auf einer Bergmarathon- oder drei kürzeren Trailrunning-Distanzen um die schnellste Zeit von Ischgl nach Galtür (c) TVB Paznaun - Ischgl

Silvrettarun3000_2020_2: Beim 9. Silvrettarun 3000 stellen sich versierte Hobbyathleten und Marathonläufer auf der Strecke von Ischgl nach Galtür der Herausforderung „Marathon auf einen Dreitausender“ (c) TVB Paznaun - Ischgl

Silvrettarun3000_2020_3: Auf der Strecke „Hard“ heißt es mit 42,195 Kilometern über 1.814 Höhenmeter das knapp 3.000 Meter hohe Kronenjoch zu bezwingen (c) TVB Paznaun - Ischgl

Silvrettarun3000_2020_4: Beim Silvretta Kids Run presented by Volksbank Tirol am 17. Juli 2020 können junge Nachwuchsläufer ab vier Jahren Rennluft schnuppern (c) TVB Paznaun - Ischgl

Silvrettarun3000_2020_5: Neben der herausfordernden Marathonstrecke (42,195 Kilometer und 1.814 Höhenmeter) stehen die Varianten „Small“ (11,2 Kilometer und 306 Höhenmeter), „Light“ (19,36 Kilometer und 873 Höhenmeter) und „Medium“ (29,9 Kilometer und 1.482 Höhenmeter) auf dem Programm (c) TVB Paznaun - Ischgl

Silvrettarun3000_2020_6: Von Small bis Hard: Die richtige Herausforderung für jeden (c) TVB Paznaun - Ischgl

Alle Texte und Bilder stehen unter www.ischgl.com/presse zum kostenlosen Download zur Verfügung.