

---

## Zweiter Cross-Hindernis-Lauf LimesRun: Die neue Strecke

Veröffentlicht am: 23.09.2014, 12:58

Pressemitteilung von: **PAS-TEAM Ltd.** // Joachim von Hippel

Veranstalter PAS-TEAM erwartet bis zu 2.500 Teilnehmer am 18. Oktober 2014 in Bad Gögging

Bad Kissingen, 23. September 2014 ---- Rund einen Monat vor dem Termin des zweiten LimesRun in Bad Gögging, Niederbayern, gibt der Veranstalter PAS-TEAM Ltd. Details zur neuen Strecke bekannt. Und frei nach dem Motto "Nil mortalibus ardui est - nichts ist den Sterblichen zu schwer" legt der Organisator beim Härtegrad des Laufs noch eine Schippe drauf. Neu sind ein Abstecher zum Gelände einer Ziegelei, auf dem etliche natürliche und künstliche Hindernisse auf die "Legionäre" warten, und eine unwegsame Strecke entlang der Donau. Zu den Stationen gehören in diesem Jahr ein neues Tauchhindernis, ein Kombi-Hindernis aus Röhren zum Klettern und Durchkriechen sowie mit Moor gefüllte Container und mehr der "Moor Fields" genannten tiefen Schlammlöcher. Die Läufer haben maximal vier Stunden Zeit für die ca. 24 Kilometer und die etlichen natürlichen und künstlichen Hindernisse. Interessenten können sich noch bis zum 1. Oktober 2014 zum regulären Startpreis online über die Website des Extrem-Laufs [www.limesrun.de](http://www.limesrun.de) anmelden, danach wird eine Nachmeldegebühr erhoben.

Der LimesRun findet am 18. Oktober 2014 bereits zum zweiten Mal statt. An der Premiere des Laufs im Oktober 2013 haben 1.240 Sportler teilgenommen, etliche begeisterte Zuschauer feuerten die "Legionäre" entlang der Strecke an. Der Veranstalter erwartet in diesem Jahr eine Steigerung auf 2.000 bis 2.500 Läufer. Die Strecke im Oktober 2013 wurde auch von gut trainierten und routinierten Ausdauersportlern als hart und anspruchsvoll, aber auch als einfalls- und abwechslungsreich beschrieben: Sie führt vom Start- und Zielbereich des MARC AUREL Spa & Golf Resorts in Bad Gögging durch die Stadt durch, entlang des Flusslaufs der Abens und über das UNESCO Weltkulturerbe Kastell Abusina zurück nach Bad Gögging. Dabei geht es oft ohne befestigten Weg durch Moore, Schilf, Dornenhecken und sehr unwegsame sumpfige Flussufer, ergänzt durch kreative Hindernisse zum Klettern oder Kriechen. Eine Herausforderung und typisch für diesen Lauf sind die vielen Wasserhindernisse mit Schwimmstrecken bis zu 200 Meter.

Neue Stationen und Streckenänderungen machen den LimesRun im Oktober 2014 noch anstrengender: Eine lange, ruhige Laufstrecke vom vergangenen Jahr entlang der Abens wird durch eine neue Strecke am Ufer der Donau ersetzt. Schlamm, Totholz und dichtes Gestrüpp erschweren das Laufende, machen es unmöglich, einen Rhythmus zu finden und verlangen von den Läufern höchste Konzentration.

Auf dem "Masterchief's Playground" genannten ausgedehnten Gelände der alten Ziegelei des Ziegelwerk Köglmaier bei Eining warten Sumpf, dschungelartiges Dickicht, tiefe Lehmgruben und steinige Schutt-Hügel auf die "Legionäre". Tauchen und Schwimmen im kalten, schnellfließenden Wasser der Abens müssen die Läufer am neuen Hindernis "Der Eisvogel". Die zentral in Bad Gögging gelegene Station ist auch ideal für Zuschauer, für deren leibliches Wohl die lokalen Gastwirte sorgen. Auch der Kurparksee wird wieder als Station genutzt, hier müssen mehrere hundert Meter geschwommen werden. Weitere Durchquerungen der Abens in der Ortsmitte und am Stadtrand von Bad Gögging sowie der von den Läufern "Kambodscha River" getaufte sehr sumpfige, verschliffte Flussabschnitt beim Campingplatz werden von der Streckenführung 2013 übernommen.

Ein weiterer zentraler Punkt ist der Bereich beim TSV Bad Gögging: Der Sportverein beteiligt sich mit

---

einem Röhren-Hindernis am Lauf, bei dem die Teilnehmer Klettern und Kriechen müssen. Zudem wird hier ein Imbissstand für Zuschauer eingerichtet, die auch von den "Moor Fields" angelockt werden. Dieses spektakuläre Hindernis, bei dem die Läufer tiefe Schlammgruben und feuchte Mooregebiete durchqueren müssen, war bereits im vergangenen Jahr ein Publikumsmagnet und wird heuer noch erweitert: Mit Unterstützung der Limes-Therme Bad Gögging baut der Veranstalter gleich drei der metertiefen Schlammgruben in die Strecke ein, die sehr feuchten Abschnitte durch das Naturmoor werden ebenfalls beibehalten. Darüber stellt der Veranstalter entlang der LimesRun-Strecke Container auf, die mit dem dunklen, zähen Naturmoor gefüllt sind - für die Läufer eine echte Herausforderung und ein Kraftakt, für Zuschauer ein Spaß.

Das MARC AUREL Spa & Golf Resort stellt wieder sein Gelände als Start- und Zielbereich zur Verfügung und organisiert das Catering sowie die Partys am Vorabend des Laufs und am 18. Oktober nach der Siegerehrung. Am Freitag, dem 17. Oktober 2014, können sich Sportler und Zuschauer bei der Antenne Bayern Rock Nacht im Festzelt schon mal auf den harten Lauf einstimmen, der Eintritt kostet fünf Euro. Am Samstag, dem 18. Oktober, wird voraussichtlich wieder Frühstück für die Läufer angeboten, bevor um 11:00 Uhr der Startschuss fällt. Gegen 19:00 Uhr findet die Siegerehrung im Zelt statt, danach können Läufer und Publikum gemeinsam bei der Party mit DJ feiern. Weitere Informationen unter [www.limesrun.de](http://www.limesrun.de)

---

## Pressekontakt

Herr Joachim von Hippel  
Geschäftsführer

**PAS-TEAM Ltd.**  
Wankelstraße 1  
97688 Bad Kissingen, Deutschland

Telefon: 0175 / 6711466  
E-Mail: [info@pasteam.eu](mailto:info@pasteam.eu)  
Website: [www.pas-team.de](http://www.pas-team.de)

### Firmenportrait

Der Name PAS-TEAM leitet sich von den Begriffen POWER, ACTION und SURVIVAL ab. POWER steht für den Willen, die Kraft und die methodischen Fähigkeiten des Trainerteams, die Ausbildungsinhalte zu vermitteln. ACTION steht für die Inhalte der Trainings, die die Teilnehmer nicht nur an ihre Grenzen, sondern über diese hinaus führen. SURVIVAL steht für das Überleben in und mit der Natur und das Reduzieren der Ausrüstung auf das Wesentliche. Das Angebot des PAS-TEAM umfasst Sicherheitstrainings als Vorbereitung für den Aufenthalt in Krisengebieten, Outdoor Trainings für Erwachsene, Kinder und Jugendliche sowie Team Trainings, die je nach Bedarf individuell zusammengestellt werden. Zudem veranstaltet die PAS-TEAM Ltd. die Extrem-Läufe BraveheartBattle, CherokeeRun und LimesRun.

Website: [www.pas-team.de](http://www.pas-team.de)

### Wichtiger Hinweis:

Für diese Pressemitteilung sowie das Bild- und Tonmaterial ist allein der jeweils angegebene Herausgeber verantwortlich. In der Regel ist dieser der Urheber der Presstexte sowie der angehängten Bild und Informationsmaterialien. Das TRENDKRAFT-Pressportal ist für den Inhalt dieser Pressemitteilung nicht verantwortlich und übernimmt keine Haftung für die Korrektheit oder Vollständigkeit der dargestellten Meldung. Die Nutzung von hier archivierten Informationen zur Eigeninformation und redaktionellen Weiterverarbeitung ist in der Regel kostenfrei. Vor der Weiterverwendung sollten Sie allerdings urheberrechtliche Fragen mit dem angegebenen Herausgeber klären. Eine systematische Speicherung dieser Daten sowie die Verwendung auch von Teilen dieses Datenbankwerks sind nur mit schriftlicher Einwilligung durch das TRENDKRAFT-Pressportal gestattet.

Des Weiteren beachten Sie bitte unseren Haftungsausschluss unter: <https://trendkraft.io/haftungsausschluss>