



RUSSLAND (ASIATISCH)

Omsk - Siberian Ice Marathon (jährlich am 7. Januar)

Auf zum kältesten Halbmarathon der Welt!

2 Reisevarianten:

7 Tage Omsk mit oder ohne Halbmarathon (Kurzvariante Omsk)

12 Tage Bei deutschsprachigen Gastfamilien im sibirischen Dorf Blumenfeld zum Jahreswechsel mit Akklimatisierung und anschließendem Aufenthalt in Omsk zum Marathon (Langvariante Blumenfeld-Omsk)

Kurzvariante Omsk:

- Eine der spektakulärsten Laufveranstaltungen - immer am 7. Januar, dem russischen Weihnachtsfest
- Beste Reisebetreuung in Omsk durch einen deutschsprachigen Einheimischen
- Erlebnisreiche Tage mit zahlreichen Insider-Tipps, ausgewählten Restaurants von preiswert bis Gourmetküche, mit Banja, Eisbadeverein, interessanten Gesprächen, Restaurants, Laufmöglichkeiten und Klosterbesuch

Langvariante Blumenfeld-Omsk:

- Beste Akklimatisierungsmöglichkeit in Blumenfeld
- Zu Gast bei deutschsprachigen Gastfamilien
- Täglich Sauna, leichte Läufe und Erholung
- Hervorragende Hausmannskost
- Silvester gemeinsam mit der Gastfamilie
- Auch für Nichtläufer ein besonderes Erlebnis im sibirischen Winter!
- Deutsche schulz aktiv-Reiseleitung in Blumenfeld und Omsk seit 2008

In der Geschichte des Siberian Ice Marathon war 2011 der zweitkälteste Lauf. Keine Frage, das flößt fast allen Mitteleuropäern Respekt ein, doch ist es meist genau das, was die Läuferinnen und Läufer als die Herausforderung sehen und sich gen Siberien auf den Weg machen. Wer Silvester im Kreise einer russischen Familie in Blumenfeld erlebt, hat zudem hervorragende Möglichkeiten sich in der Gruppe oder auch individuell bei Läufen im Dorf und in der näheren sehenswerten Umgebung zu akklimatisieren. Temperaturen um -39°C wie im Jahr 2001 sind die absolute Ausnahme. **Durchschnittlich betragen die Tagestemperaturen im Omsker Gebiet im Januar zwischen -15°C und -20°C .**

Die Marathonstrecke in Omsk ist flach, führt durch die Innenstadt und auf einem Parkweg direkt am Fluß Irtysh entlang. Auf der **3,5 km-Runde** läuft man an der Zielgerade vorbei, wo die Zwischenzeiten sehr gut einsehbar sind. Auf der Strecke richten wir **exklusiv für unsere Läuferinnen und Läufer den einzigen Versorgungspunkt** ein (offiziell gibt es diesen erst nach dem Zieleinlauf!) **und organisieren einen Strecken- und Zielfotoservice**, so dass wir jedem Läufer eine umfangreiche Foto-CD nach der Rückreise zusenden können.

Bei Erreichen von mind. 6 Teilnehmern für die Silvester-Variante begleitet diese gesamte Reise zusätzlich Stefan Schlett. Als Extremläufer hat er auf allen Kontinenten Erfahrungen bei vielen herausfordernden Läufen sammeln können, die er gern weitergibt. Zudem erfahren wir von unseren Gastgebern viel Interessantes über das Leben in Sibirien, insbesondere Russlanddeutschen und dessen geschichtliche Hintergründe. Nicht nur deshalb ist diese Reise auch etwas Besonderes für mitreisende Nichtläufer.

7 Tage Kurzvariante Omsk: Im Neuen Jahr erleben Sie Omsk, welches kurz vor dem russischen Weihnachtsfest steht und die nähere Umgebung. Wir zeigen Ihnen gemeinsam mit den Silvesterreisenden interessante Sehenswürdigkeiten der Stadt, die Eingewöhnungs- und Trainingsorte, genießen vielfältigste russische Küche in den besten Restaurants und Cafés und lernen die Wettkampfstrecke im Vorfeld genau kennen. Am 7. Januar, dem russischen Weihnachtstag, fällt um 13 Uhr der Startschuss für den Lauf durch das Stadtzentrum von Omsk. Die laufbegeisterte Omsker Bevölkerung unterstützt die Teilnehmer dabei kräftig. Unsere lokalen deutsch sprechenden Partner werden wie jedes Jahr am schulz aktiv Verpflegungspunkt warme Getränke an der Laufstrecke parat halten und damit motivierende Anlaufpunkte sein.

12 Tage Langvariante Blumenfeld-Omsk: Wenn Sie den sibirischen Winter so richtig genießen möchten, **können Sie schon vor Silvester anreisen** und sich im Dorf Blumenfeld optimal vorbereiten, was wir sehr empfehlen. Fünf Tage verbringen Sie in im ca. 80 km von Omsk entfernten Dorf bei Einheimischen, wo Wander-, Skilanglauf- und Trainingsmöglichkeiten bestehen. Selbst Spaziergänge durchs Dorf oder in die nähere Umgebung bieten dem Auge wunderbare Blicke. **Der Silvesterabend wird auf russische Art gefeiert: gutes Essen und lustiges Beisammensein. Die private oder Dorf-Banja (russ. Sauna) bietet jeden Abend Möglichkeit für Entspannung der besonderen Art.**

PS: Auch 2011 absolvierte erneut eine schulz aktiv-Gruppe (neun Läufer/-innen) erfolgreich den 20. Siberian Ice Marathon. So viel Respekt diesem Lauf vorab entgegen gebracht wurde, so begeistert und stolz ist jeder Halbmarathoner danach. In diesem Jahr galt es, die Strecke bei **minus 30° C** zu bezwingen, die Zeit spielte vorab meist keine tragende Rolle, der Weg ist das Ziel und der Zielbogendurchlauf ein mehr als erhebendes Gefühl. Mit Begeisterung blickten auch in diesem Jahr alle am Abend nach einem Besuch des Eisbadervereins und wohltuendem Saunaerlebnis sowie dem Genuss russischer Küche auf die sportlichen Leistungen (und Läuferzeiten) zurück. Lassen Sie sich die eisige Herausforderung im Januar 2012 nicht entgehen! Geleitet wird diese Reise zum vierten Mal von Frank Schulz: Insidertipps für den Lauf und generell für den Aufenthalt im sibirischen Winter inklusive!

Detailprogramm

Leistungen

Transfer ab/an Omsk Flughafen (oder Bahnhof wenn Anreise mit der Transsib) und weitere Transfers lt. Programm

Deutsche Reiseleitung ab/an Omsk mit vielen Insider-Tipps für indiv. oder gemeinsame Restaurant-, Saunabesuche und Tages-/Abendgestaltung

7 Tage Kurzvariante Omsk: 5 Ü im Hotel (gutes 3 Sterne-Hotel) in DZ oder EZ (gegen Aufpreis) mit DU/WC; 5x Frühstück, 1x schulz aktiv Begrüßungssessen sowie Abschlussessen am Marthontag;

Stadtrundgang Omsk und Ausflug in das 30 km entfernte Kloster Achair mit deutsch sprechendem Guide;

behördliche Vorortregistrierung; leichte Trainingsläufe in Omsk;

Marathonstrecken-Begehung und Läuferseminar; 1x Sauna; Besuch des Eisbader-Verein mit Sauna und Eisbaden

12 Tage Langvariante Blumenfeld-Omsk: Transfer Omsk-Blumenfeld-Omsk; 5 Übernachtungen bei Gastfamilien in DZ; 5x Vollpension inkl. einem reichhaltigen Silvestermenü; 1x Frühstück, 1x Mittagessen;

gemütlicher Gesprächsnachmittag mit deutsch sprechender Schuldirektorin und Lehrern/Lehrerinnen; Besuch des Dorfmuseums/ der Dorfschule;

täglich Banja (Sauna); Ausleihmöglichkeit von Ski und Schlittschuhen; Trainingsläufe in der Umgebung;

Reisebetreuung durch einheimische gastgebende Familien und deutschen Reiseleiter
Anmeldung und Registrierung für den Lauf, gemeinsame Abholung der Startunterlagen;
gemeinsame Startvorbereitung am Wettkampftag

Wettkampfbetreuung mit Getränkestand für schulz aktiv Läufer, Fotoservice und Überreichung einer Foto-CD

Teilnehmerzahl

Min. 6 Max. 25

Termin und Preis ReiscoderUS83

28.12.11 08.01.12 € 1.240,- Langvariante Blumenfeld-Omsk

02.01.12 08.01.12 € 870,- Kurzvariante Omsk

28.12.12 08.01.13 € 1.240,- Langvariante Blumenfeld-Omsk

02.01.13 08.01.13 € 870,- Kurzvariante Omsk

Nicht enthaltene Leistungen

Flugan- und rückreise: Gern sind wir bei der Flugbuchung behilflich.

Startgebühr für den Lauf: € 30,- (Gebühr für Ausländer; Stand Januar 2011)

Zusätzliche Leistungen

Einzelzimmer-Zuschlag (nur für 5 Nächte im Omsker Hotel möglich; im Dorf Blumenfeld möglich, aber sehr begrenzt) 140,-

Zusätzliche Ausgaben

Trinkgelder

Nicht genannte Mahlzeiten und Getränke

Visum Russland:

- Bearbeitungsgebühr durch die Visums Centrale (CIBT) ab € 30,-
- Konsulargebühr € 35,-
- Touristische Referenz (Einladungsschreiben) ca. € 35,-

Weitere buchbare Leistungen

Transsibirische Eisenbahn Moskau-Omsk oder Omsk-Moskau, ab 300.-

Programminweise

Halbmarathon: 6 Runden-Kurs a 3,5 km; 7 km: 2 Runden-Kurs auf Asphalt, teilweise Schnee bei Temperaturen von ca. -30 bis -12° C. Flache Streckenführung durch die Innenstadt mit begeisterten Zuschauern. Jeder Teilnehmer erhält eine Mütze und jeder Finisher eine Medaille. Ein Zertifikat mit persönlichen Ergebnissen wird vom Veranstalter versandt.

Die Zeitmessung erfolgt durch "Championchip".

Generelle Hinweise

Teilnahmeberechtigung am Halbmarathon: ab 18 Jahre; 7 km: ab 14 Jahre

Gestaffelte Altersklassenwertung

Literaturhinweis: Tom Ockers; Eis-Lauf: In der Kälte des Sibirien-Marathons (März 2002)

Anmerkung: Die Schilderungen über die Stadt Omsk sind zwischenzeitlich differenziert zu bewerten, da nach fast 10 Jahren dynamischer Entwicklung diese Stadt mit anderen Augen gesehen wird (Ines Schmitt).

Anforderungen

Sibirisches Wetter ist unberechenbar, Temperaturen können zwischen -39°C (wie im Jahr 2001) und -10°C (2009) schwanken; sehr gute Kondition, Erfahrung im Dauerlauf.

Veranstalter

schulz aktiv reisen

Information und Buchung unter:



Johannesstrasse 31, 99084 Erfurt

TEL 0361 - 5623914

FAX 0361 - 5668636

info@marini-reisen.de

www.marini-reisen.de