



**RULE BOOKLET - FAQ
EXPERTS GUIDE SERVICE 2023
-Berlin Marathon-
BITTE ALLE PUNKTE SORGFÄLTIG LESEN!**

Hallo liebe TeilnehmerInnen, am
EXPERTS MARATHON GUIDE Projekt 2023.
Mein Name ist Werner Kaminski und auch in diesem Jahr
habe ich die Organisation für die EXPERTS MARATHON
GUIDE SERVICE für Sebastian Baumgartner
übernommen und Ihr trefft mich dann in Berlin.

- **Wo und wann treffen sie die Teilnehmer am EXPERTS GUIDE SERVICE?**

Samstag, den 23. September 2023,
ab 10:00 Uhr vor der INLINE VILLAGE nahe
„Brandenburger Tor“ in der Ebertstrasse
am **EXPERTS Stand!**



Hier gibt es die Antworten auf die wichtigsten Fragen zur Organisation.

-Wo bekomme ich meine Startnummer?

-Wo und wann treffen sie die Teilnehmer am EXPERTS GUIDE SERVICE?

-Was muss ich zum Treffen mit den EXPERTS GUIDES mitbringen?

-Wann und wo treffen wir die EXPERTS MARATHON GUIDES?

-Wie werden die Gruppen (Zielzeit) zu den EXPERTS MARATHON GUIDES zugeordnet?

-Wie viel EXPERTS MARATHON GUIDES gibt es pro Gruppe?

-Wann beginnt das Einskaten mit den GUIDES?

-Wo kann ich ggf. meine Sachen während des Einskatens aufbewahren?

-Wo findet das Einskaten mit den EXPERTS GUIDE Gruppen statt?

-Was wird beim EINSKATEN mit den TeilnehmerInnen dort geübt?

-Was ist, wenn ich beim Einskaten merke: zu langsam oder zu schnell?

-Wie lange dauert das Einskaten?

-Was ist Priorität für die Gruppen 01:20 u. 01:25 ?

-Was ist Eure/unsere Priorität im Rennen 01:30 bis 02:15?

-Wie organisieren sich die GUIDE Gruppen ab 01:30 bis 02:15



- Was passiert, wenn unterwegs SkaterInnen aus der Gruppe das Tempo nicht halten können?
- Wann treffen sich die Gruppe in den Startzonen?
- Wie sehen die GUIDE Shirts aus?
- Was und wie nehme ich an Essen und Trinken mit?
- Welche Startblöcke nutzen die EXPERTS GUIDE Gruppen?
- Wo treffe ich die EXPERTS GUIDES wenn ich NICHT beim Einskaten sein konnte?
- Was ist bei Regen?
- Wohin mit meinem Feedback nach dem Rennen?
- Wenn es noch Fragen und vor allem Anregungen und Bitten geben sollte?!
- Was wird von den EXPERTS MARATHON GUIDES NICHT geleistet?
- Was noch zu sagen wäre!

- **Wo bekomme ich meine Startnummer?**

Eure Anmeldebestätigung zum Berlin Marathon müsste euch per Mail erreicht haben und Eure persönlichen Startunterlagen bekommt Ihr wie alle anderen Teilnehmer auch auf der VITAL Messe, jeweils Donnerstag, Freitag und Samstag früh. Bitte dazu unbedingt die Regeln des BERLIN MARATHON 2023 beachten. Alles persönlich abholen, Ausweis mitbringen, Sicherheitsband persönlich übernehmen!

Und **Champion Chip nicht vergessen bzw. ausleihen!**

- **Wo und wann treffen sie die Teilnehmer am EXPERTS GUIDE Projekt?**

Samstag, den 23. September 2023,
ab 10:00 Uhr INLINE VILLAGE nahe „Brandenburger Tor/Startzone“
am ROLLERBLADE/EXPERTS Zelt.

Bitte so anreisen, dass wir pünktlich um 11:30 zum einskaten starten können!!





Am EXPERTS Zelt erhaltet Ihr dann Eure „**FOLLOW ME**“ Shirts und ggf. die Buchstabenaufkleber für den Zugang zu den passenden Startzonen (B-E) **Der Stand schliesst um 14:00!!**



- **Was muss ich zum Treffen mit den EXPERTS GUIDES mitbringen?**

1. Beleg über die **30 EURO Teilnahmebeitrag**, oder ggf. diese dann **bar** an die GUIDES im Zelt bezahlen!
2. Bitte Laufzeit der Überweisung beachten!!
3. Eure komplette Skateausrüstung, Helm ist Pflicht!!
4. **Die Startnummer mitbringen**, denn auf Eure jeweilige Startnummer gibt es die Buchstaben-Korrektur zur Startzone (B bis E) und wir brauchen die Startnummern auch für den Zugang zum Einskaten!

- **Wann und wo treffen wir die EXPERTS MARATHON GUIDES?**

Ca. 11:30 Uhr: Treffen aller Teilnehmer mit den EXPERT GUIDES. Bitte fertig angezogen in den Skates, mit Shirt und Helm!!

Der Treffpunkt ist auf der Freifläche neben/vor dem EXPERTS Pavillion



- **Wie werden die Gruppen (Zielzeit) zu den EXPERTS MARATHON GUIDES zugeordnet?**



Die GUIDES werden Euch dann kurz vorgestellt und diese sammeln dann ihre Gruppe. Es gibt große Schilder mit den GUIDE Zielzeiten, damit Ihr Euch einfach bei der Gruppeneinteilung findet. Die Zielzeiten sind in 5 Minutenschritten von 01:20 bis 02:15 gestaffelt. Ihr rollt einfach zur Eurem EXPERTS MARATHON GUIDE mit Eurer geplanten Zielzeit.

Wie viel EXPERTS MARATHON GUIDES gibt es pro Gruppe?

-Zielzeiten von 02:15 bis 01:30 immer 2 Guides, die die Gruppe führen bzw. begleiten. Ca. 10-12 TeilnehmerInnen je Gruppe.

-Zielzeit von 01:25 und 01:20 immer nur 1 Guide, aber die Gruppen sind dann auch deutlich kleiner, max. 6-8 TeilnehmerInnen

- **Wann beginnt das Einskatzen mit den GUIDES?**

Ca. 11:30/11:45 Uhr Aufbruch und losrollen zum Einskatzen.

(Bei Regen oder nasser Straße kein Einskatzen!!)

Das Einskatzen erfolgt unmittelbar nach der Gruppeneinteilung, also bitte die Skates/Helm und Startnummer bereithalten bzw. gleich anziehen.



- **Wo kann ich ggf. meine Sachen während des Einskaten aufbewahren?**

WICHTIGER HINWEIS!! Es ist uns leider nicht möglich, dass wir Eure Sachen im dem EXPERTS Zelt aufbewahren. Es gibt begrenzten Platz neben dem Zelt, wo ihr eure Sachen auf dem Boden lagern könnt. Wenn Ihr Eure Sache dort deponiert, dann ohne jegliche Haftung für Verlust oder Beschädigung!!

BITTE KEIN GEPÄCK AN DEN ABSPERRUNGEN LAGERN!!

- **Wo findet das Einskaten mit den EXPERTS GUIDE Gruppen statt?**

Das Einskaten ist, wie schon in den Vorjahren, auf der „Entlastungsstraße“ bzw. **J.F. Dulles Allee**. Die kurze Zufahrt ist gesperrt, aber die Mitarbeiter des Sicherheitsdienstes an den jeweiligen Toren sind informiert und lassen uns passieren, **aber auch nur mit Eurem GUIDE und mit der Startnummer!**

ACHTUNG: Die **J.F. Dulles Allee** ist leider NICHT vollständig für den Verkehr gesperrt, aber es ist sehr wenig Fahrzeugverkehr.

- **Was wird beim EINSKATEN mit den Teilnehmern dort geübt?**

Erst mal locker in der Gruppe fahren, schauen wie das skaten von schnellen Kurven geht, sowie das Bremsen in der Gruppe. Dann wissen die GUIDES, was ggf. noch ein wenig zu üben ist.

Diese drei Elemente: Gruppe, Kurve und Bremsen sollten/müssen geübt werden, insbesondere auch in der jeweilig geplanten Renngeschwindigkeit.

An der Übungsstrecke werden ein paar für Berlin typische Kurven (Abbiegen) probiert und das Verhalten dabei in der Gruppe geübt.

- **Was ist, wenn ich beim Einskaten merke: zu langsam oder zu schnell?**

Die EXPERTS GUIDES werden dann fair zu Euch sein und Euch erklären, was unsere persönliche Empfehlung aus der Erfahrung ist. Es kann ggf. besser sein eine neue Zielzeit zu definieren oder auch ggf. einfach nur am Anfang oder Ende der Gruppe zu skaten.

- **Wie lange dauert das Einskaten?**

Das gesamte Einskaten kann um die 30-40 Minuten dauern.



- **Was ist Priorität für die Gruppen 01:20 u. 01:25**

Der EXPERTS GUIDE rollt das Tempo/Pace und kennt die Strecke, also vor und in und vor allem nach den Kurven die optimale Geschwindigkeit wählt, damit es die GUIDE Gruppe nicht auseinanderreißt. Eine gute Abstimmung und Wechsel in der Gruppe, um dann die perfekte Gruppe zu sein, wird beim Einskaten geübt.

- **Was ist Eure/unsere Priorität im Rennen 01:30 bis 02:15?**

- a. Ankommen zur Zielzeit, egal wer unterwegs verloren geht.
- b. Ankommen als komplette Gruppe, auch wenn die Zeit nicht ganz getroffen wird.
- c. Nach je einem Drittel der Strecke mal schauen was so geht und wie sich alle fühlen und dann entscheiden.

Beim nach dem einskaten bitte in der Gruppe und mit den GUIDES eure Wahl zwischen den Strategien a. bis c. wählen.

- **Wie organisieren sich die GUIDE Gruppen ab 01:30 bis 02:15**

Es sind 2 EXPERTS GUIDES, die in der Gruppe sind. Ein GUIDE rollt dabei fallweise in der Mitte oder neben dem Zug, dann klappt es auch mit den Informationen.

- **Was passiert, wenn unterwegs SkaterInnen aus der Gruppe das Tempo nicht halten können?**

Hier besteht auch die Möglichkeit, dass die Gruppe sich ggf. unterwegs noch mal auf die zwei GUIDES verteilt, wenn es für einige dann doch zu schnell ist bzw. wird.

Das wird aber auch alles noch mal beim Einskaten in der Gruppe besprochen.

- **Wann treffen sich die Gruppen in den jeweiligen Startzonen?**

Die Gruppen treffen sich spätestens **um 15:00 Uhr** in den jeweiligen Startzonen

Die Gruppen (Zielzeit/EXPERTS GUIDE) treffen sich am Ende der Startzone, auf der Nordseite, also in Startrichtung RECHTS!! Mit wie viel Zeit zum Start man sich in der Startzone bei Regen trifft, überlasse ich mal den GUIDES bzw. Gruppen. Das tragen der GUIDE Shirts ist zwingend, um als Gruppe/Team erkannt zu werden!!!



- **Wie sehen 2023 die Teilnehmershirts aus?**

Die Teilnehmershirts sind kurzärmelige RB Funktionsshirts mit Aufdruck und mit 3 Rückentaschen.

- **Was und wie nehme ich an Essen und Trinken mit?**

Am besten wie im Training mit Erfolg geübt und vertragen und im Trinkgürtel o.ä. transportiert. Bitte auch genügend zu trinken mitnehmen!

- **Welche Startblöcke nutzen die EXPERTS GUIDE Gruppen?**

Zum Rennen starten ALLE Gruppen in den Startblöcken wie folgt:

Startblock B Zielzeiten 01:20

Startblock C Zielzeiten 01:25 und 01:30 und 01:35 und 01:40

Startblock D Zielzeiten 01:45 und 01:50 und 01:55 und 02:00

Startblock E Zielzeiten 02:15 und mehr

Dort dann immer am Ende und Nordseite der Startergruppe /Startzone.
Also in Rollrichtung, rechte Spur.

- **Wo treffe ich die EXPERTS GUIDES, wenn ich NICHT beim Einskaten sein konnte?**

Ein EXPERT GUIDE wartet bis kurz vor Start am Eingang zum jeweiligen Block, um ggf. Nachzügler, die nicht beim Einskaten sein konnten, mittels Aufkleberbuchstaben auf die Startnummer, den Zugang zu jeweiligen Startblock zu ermöglichen!!

Shirt etc. kann vom EXPERT GUIDE NICHT mitgebracht werden!

Wer nicht zum einrollen kommen kann, bitte Info per Mail!

- **Was ist bei Regen?**

AUCH BEI REGEN STARTEN DIE EXPERTS MARATHON GUIDES!!

Nur die geplanten Zielzeiten werden aus Sicherheitsgründen ggf. nicht erreicht werden können!



- **Was wird von den EXPERTS MARATHON GUIDES NICHT geleistet?**

Keine Haftung für Personen und Sachschäden bei der Teilnahme! Keine Garantie auf Erreichung der geplanten Zielzeit.

Kein(e) TeilnehmerIn wird während des Rennens vom GUIDE gezogen oder geschoben!

- **Wohin mit meinem feedback nach dem Rennen?**

Alle Teilnehmer bitte ich nun noch um ihr persönliches Feedback und/oder Bilder nach dem Rennen über die GUIDE Aktion und ihre GUIDES per Mail an mich direkt.

- **Wenn es noch Fragen und vor allem Anregungen und Bitten geben sollte?!**

Dann bitte sofort direkt her damit zu mir. Ich werde zeitnah versuchen Antworten bzw. Lösungen zu finden.

Werner Kaminski
Mobil Tel.: 0175 5427072
Tel.: 06051 67887 (bis zum 20.09. 2023!)
Mail: wernerkaminski@gmx.de

- **Was noch zu sagen wäre!**

Ich wünsche euch eine entspannte Anreise und freue mich darauf, euch in Berlin begrüßen zu können.

Und dann werden wir gemeinsam zu den grossartigen Gänsehautklängen von HELL BELLS zum BERLIN MARATHON 2023 starten!!

EXPERTS IN SPEED
Werner Kaminski
Organisation BERLIN EXPERTS MARATHON GUIDE SERVICE