



Ready. Set. ROE-CROSS 19. April 2026

Teilnehmer-Briefing

Der Startschuss zum 1. ROE-CROSS 2026 in Röthlein-Heidenfeld steht kurz bevor.

Hier findest du alle wichtigen Infos kompakt. Bitte sorgfältig lesen – so bist du top informiert und findest dich vor Ort auch schnell zurecht.



Anreise & Parken

Adresse Event-Gelände:

Dorfstraße 53, 97520 Röthlein OT Heidenfeld



QR Code GoogleMaps

Anreise mit dem Auto:

Direkt an der Mehrzweckhalle stehen Parkplätze zur Verfügung. Auf keinen Fall auf der Bundesstraße parken. Weitere Parkmöglichkeiten in den Straßen im Ortsteil Heidenfeld aufsuchen.

Wichtige Hinweise:

Start und Ziel liegen ca. 450 m von der Mehrzweckhalle entfernt. Befahren oder Parken im unmittelbaren Start-/Zielbereich ist nicht gestattet. Die Fußwege sind beschildert.



Teilnehmerlisten

Prüfe deine Daten über die QR-Codes/Links oder auf der Homepage unter „Teilnehmer“.

Canicross-Läufer

<https://www.raceclocker.com/288f06b4-startlist>



Läufer / Walker

<https://www.raceclocker.com/628cdced-startlist>



Solltest du Fehler beim Namen, Distanz etc. entdecken - schreibe uns umgehend eine Mail an hallo@roe-cross.de

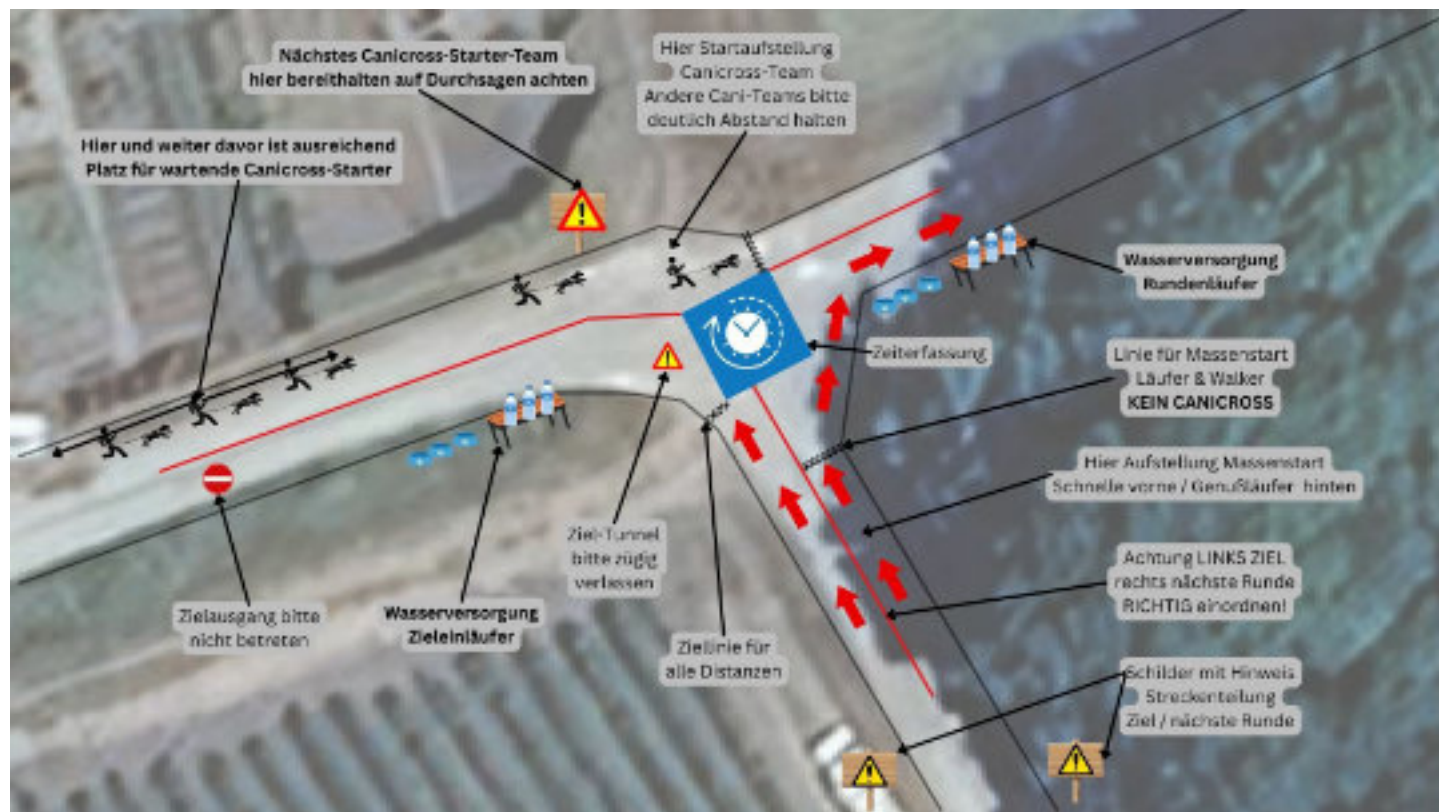
Achtung Teilnehmer die als **Begleitung** bei einem **Canicross-Läufer** mitlaufen, müssen sich in der Canicross-Läufer-Liste und gleichzeitig auch in der Läufer/Walker-Liste finden! Wertung erfolgt nach dem Lauf dann ausschließlich in der Läufer/Walker Disziplin.



Orientierung im Bereich Start/Ziel



Für eine noch bessere Ansicht findest du den Start/Zielbereich für die Computeransicht auch unter <http://roe-cross.de/start>



Startunterlagen & Startnummernausgabe



Zeit: 07:00 Uhr bis **pünktlich** 08:30 Uhr siehe Lageplan

Tipp: Komm frühzeitig, um Stress und Verzögerungen zu vermeiden.

Info: Die Nummern sind laminiert und gelocht (ideal für Startnummern-Bänder).

Wichtig: Haftungsausschluss!

Ohne unterschriebene Erklärung keine Startnummer! Bring das Formular bitte unbedingt ausgefüllt mit - Am besten im Vorfeld bereits per Mail als PDF übermitteln. Vorlagen gibt es unter www.roe-cross.de (Bereich Anmeldung). Formulare liegen zur Not auch vor Ort bereit.

So sehen die Startnummern aus



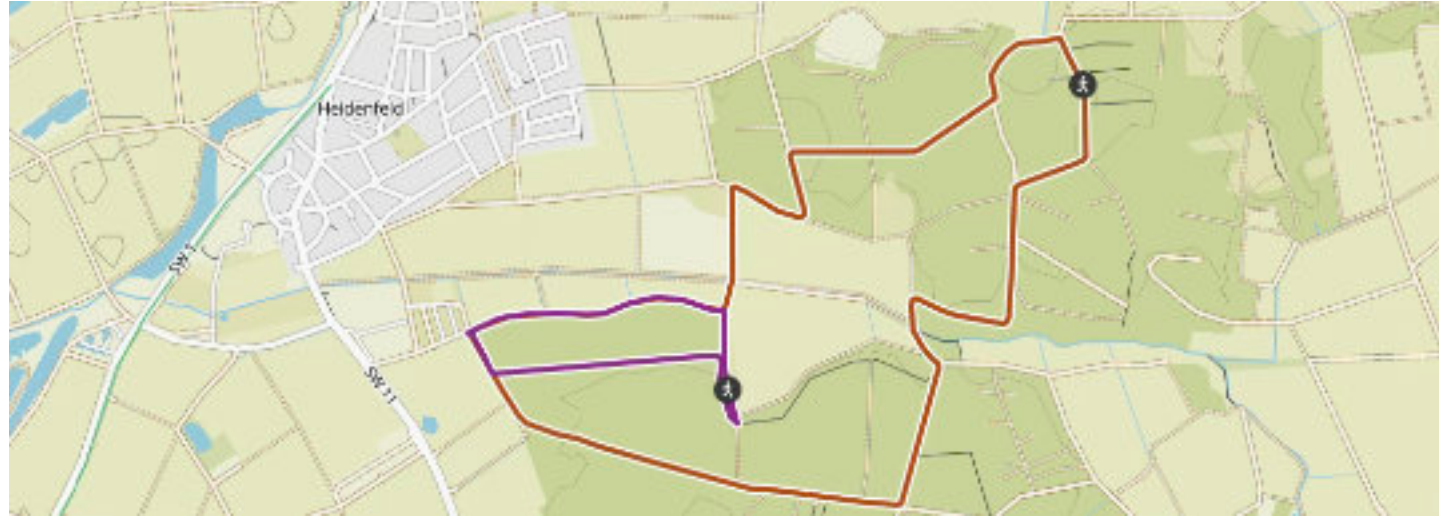
Und wenn die Füße nach dem Lauf Wellness brauchen ;-)) dann ab zu Fußzeit Tanja Grom in Bad Kissingen.

0160-4867450
 Dummentaler Weg 42, 97688 Bad Kissingen
fusszeit@clan-grom.de
[fusszeit_tanjagrom](https://www.instagram.com/fusszeit_tanjagrom)
 Fußzeit-Tanja Grom

PROFESSIONELLE FACHFUßPFLEGE

Strecken & GPX Daten

Alle Routen findest du auf www.roe-cross.de oder direkt bei Komoot: <https://urlz.fr/uUJ7>. Dort kannst du die GPX-Daten für deine Uhr oder dein Smartphone auch herunterladen.



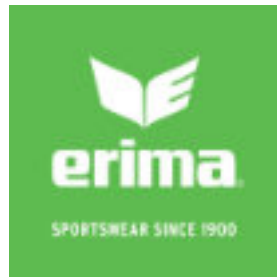
Achtung Streckenteilung nach 1km !

Nach dem Start folgt eine Streckenteilung mit deutlicher Beschilderung.

- ➡ 2 km und 4 km Teilnehmer halten sich rechts.
- ➡ Alle anderen Distanzen laufen links.

Streckenmarkierung

- System: Kreide-Pfeile an Abzweigungen, Querlinien bei falschen Wegen. Flutterband und kleine Pfeile bestätigen die Route. Markierungsfähnchen etc.
- Sicherheit: Wir kontrollieren vor dem Start. Dennoch empfehlen wir den GPX-Track (Komoot/Uhr) als Backup, falls Markierungen durch Dritte entfernt werden.



**SPORT KÖNIG
WERNECK**
www.sportkoenig-werneck.de

Startzeiten



- **09:00 Uhr: Massenstart (Lauf & Walk).**
Wichtig: Läufer/Walker mindestens 10 Minuten vor dem Start zum Briefing einfinden!
- **ab 09:05 Uhr: Canicross (Einzelstart alle 30 Sek.).**
Startzeit nicht erhalten? Sofort Mail an hallo@roe-cross.de

Start & Fairplay

- **Aufstellung Läufer/Walker Massenstart:** Sortiert euch selbstständig ein (Schnelle nach vorne, Genießer nach hinten).
- **Fairplay:** Rücksicht beim Überholen. Spaß steht vor übertriebenem Ehrgeiz!
- **Startnummer:** Muss vorne (Brusthöhe/Hüfte) sichtbar sein – sonst keine Zeitnahme!
- **Clean Trail:** Keinen Müll (Gels, Tücher etc.) wegwerfen! Nutzt Taschen oder die Müllsäcke im Ziel/Rundendurchlauf.
- **Wichtig:** Regelverstöße führen zum Ausschluss.



Rennabbruch & Notfälle

Die Orga-Nummer 09723/9354199 steht auf deiner Startnummer. Speichere sie vorab verpflichtend in deinem Handy (Pflichtausrüstung!).

Notfall & Rennabbruch

- **Abbruch:** Zwingend sofort bei der Zeitnahme abmelden! Andernfalls wird eine kostenpflichtige Suchaktion eingeleitet.
- **Medizinischer Notfall:** Sofort Notruf 112 wählen.
- **Erste Hilfe:** Jeder Teilnehmer ist zur Hilfeleistung verpflichtet.

Pflichtausrüstung



Für Läufer / Walker

- Geeignete Laufschuhe
- Startnummer gut sichtbar vorne am Oberkörper oder Hüfte platziert
- Smartphone (voll aufgeladen) und eingespeicherte Orga-Rufnummer
- Stöcke sind erlaubt müssen aber vom Teilnehmer vom Start bis ins Ziel mitgeführt werden

Für Canicross-Läufer zusätzlich

- Sicherer Umgang mit dem Hund - Kontrolle muss jederzeit gewährleistet sein
- Mindestens zwei Kotbeutel in der Ausrüstung (z.B. im Laufrucksack mitführen)
- Kein Müll im Wald liegen lassen!

Ab den Distanzen 11,4 km und 22,8 km gilt für Canicross-Läufer:

Lauf- oder Hüftgurt mit Befestigungspunkt für die Zugleine (rückenschonend)

Für Hunde

- Ggf. notwendige gesetzlich vorgeschriebene Impfungen
- Haftpflichtversicherung (Nachweis auf Verlangen)
- Hund muss gesund, ausgewachsen und lauffähig sein
- Keine Welpen oder kranken Tiere

2 km, 4 km und 5,7 km gilt:

Start auch mit Handleine erlaubt, jedoch nur mit Brustgeschirr (**kein Halsband!**)

ab 11,4 und 22,8 km gilt:

Zugeschirr (Canicross-/Zughundgeschirr) – gut sitzend, ohne Scheuerstellen
Zugleine mit Rückdämpfer, Länge ca. 1,5–2 m (gespannt)

Vor dem Start kann die Pflichtausrüstung stichprobenartig kontrolliert werden.

Versorgung während dem Lauf



- Eigenes Gefäß: Trinkbecher-Pflicht (z. B. Faltbecher). Es gibt keine Einwegbecher!
- Mensch: Wasser im Ziel und für Rundenläufer beim Durchlauf (4/11/22 km).
- Hund: Ausreichend Wasserschalen im Ziel- und Rundenbereich vorhanden.

Duschen, WC & Umkleiden

In der Mehrzweckhalle stehen dir Umkleiden, WCs und Duschen zur Verfügung. Duschplätze sind begrenzt – bitte plane mögliche Wartezeiten zu Stoßzeiten ein.

Der Zugang für Tiere in die Mehrzweckhalle sowie WC, Dusche, Umkleide ist verboten. Bitte plant das entsprechend ein.



Weil Sport uns alle verbindet, engagiert sich die Sparkasse ganz besonders im Bereich Sportförderung.

Ob alt oder jung, Hobby- oder Leistungssportler. Menschen mit oder ohne Behinderung: Wir bringen mehr Bewegung in unsere Gesellschaft.

Weil's um mehr als Geld geht.


Sparkasse
Schweinfurt-Haßberge



Allianz 

Das Beste für sich und sein Tier tun.

Sie suchen eine Tierkranken- oder Tierhalterhaftpflicht-Versicherung? Wir beraten Sie gerne!

Alexander Schmitt

Generalvertretung der Allianz
Schweinfurter Str. 15
97469 Gochsheim
☎ 0 97 21 50 99 33
☎ 01 74 6 67 77 44
agentur.schmitt@allianz.de

allianz-schmitt-alexander.de

Siegerehrung

Nach dem Zieleinlauf erhält du direkt im Ziel Deine ROE-CROSS 2026 Medaille.

Gemeinsam feiern macht doppelt Spaß! 🔥

Unterstütze die Top 3 jeder Distanz und Kategorie – ob Läufer oder Canicross-Läufer – und sei dabei, wenn wir ihre Leistungen bei der Siegerehrung würdigen.

Dein Applaus gehört dazu! 🙌 Wir freuen uns über jede Siegerin und jeden Sieger, der persönlich an der Ehrung teilnimmt – schließlich habt ihr euch diesen Moment verdient!

ca. 10:15 Uhr: 2 km, 4 km & 5,7 km – Läufer/Walker & Canicross

ca. 11:15 Uhr: 11,4 km – Läufer/Walker & Canicross

ca. 11:25 Uhr: 22.8 km Läufer/Walker

ca. 12:00 Uhr: 22.8 km Canicross

📍 Ort der Siegerehrung: Siehe Lageplan

Wer alles gibt, wird belohnt: Die jeweils drei schnellsten Läuferinnen & Läufer jeder Kategorie(Läufer & Canicross) sowie jeweiliger Distanz werden bei einer Siegerehrung geehrt und erhalten ein kleines Präsent sowie einen Pokal als Erinnerung an den sportlichen Erfolg.

Sachpreise können nur persönlich entgegengenommen oder nach Terminvereinbarung beim Veranstalter abgeholt werden. Nach 14 Tagen verfällt jeglicher Anspruch.



Finisher-Medaille und Top 3 Pokale ist echte Unikate – entworfen, nachhaltig & lokal im Hobbykeller gedruckt. Jeder Teilnehmer erhält zu seiner Disziplin die passende Medaille. 60 Pokale für die Top3 nach Disziplin sowie Frauen/Männer warten auf ihre Übergabe.



Kaffee & Kuchen Verkauf

Ab 7:00 Uhr gibt es durchgehend die Möglichkeit Kaffee, Tee und Kuchen käuflich zu erwerben. Der Verkauf wird auf dem Weg zum Start/Ziel bei der Startnummernausgabe platziert (siehe Lageplan).

Nur Bar-Zahlung möglich und solange Vorrat reicht.
Bitte Kleingeld einpacken ;-)



Wie wäre es mit 100% Erholung nach dem Lauf?

Unser Gold-Partner KissSalis Therme aus Bad Kissingen hat für euch einen besonderen Rabatt-Coupon in die Starttasche gelegt. Lasst euch nach dem Lauf entspannt treiben und genießt eure wohlverdiente Regeneration in der Therme. Einfach abschalten, erholen und neue Energie tanken – viel Spaß beim Entspannen! Also Badesachen gleich mit einpacken!

Fragen / Probleme

Fragen? Schreib uns an hallo@roe-cross.de.

Wir helfen dir gerne weiter.



Wichtige Infos für Canicross-Läufer

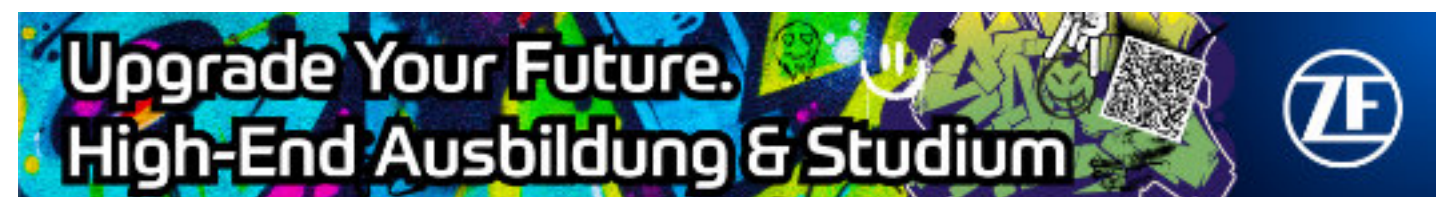


- **Startmodus:** Einzelstart alle 30 Sekunden laut deiner Info-Mail.
- **Wartezone:** Vor dem STOP-Schild bleiben. Nur das aktuell aufgerufene Team betritt den unmittelbaren Startbereich (Stressvermeidung!).
- **Aufrufe:** Bitte rechtzeitig im Wartebereich efinden und auf die Lautsprecher durchsagen achten. Es wird immer das Starter-Team und nächste Team aufgerufen.
- **Abstand:** Haltet konsequent Distanz zu anderen Teams sowie Läufern & Walkern – auf der Strecke und im Start/Ziel Bereich etc.

Motto: Mit Rücksicht und Spaß gemeinsam ans Ziel!

Haftungsausschluss für persönliche Gegenstände

Der Veranstalter haftet nicht für Verlust, Diebstahl, Beschädigung oder Sonstiges. Die Verwahrung von Wertsachen und Ausrüstung erfolgt auf eigene Verantwortung – dies gilt für Teilnehmer, Begleiter und Besucher.



Kurz & knapp



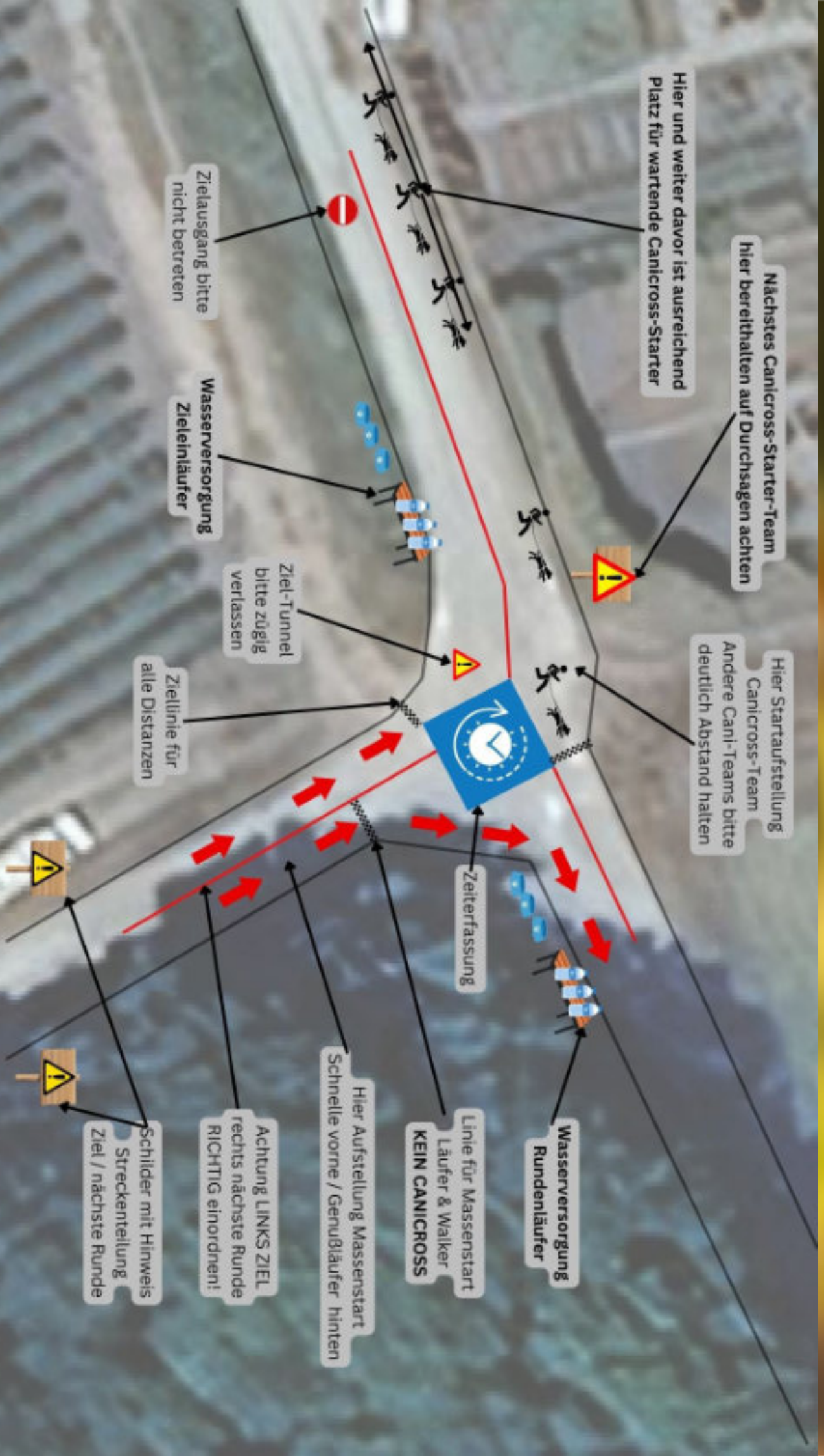
- Haftungsausschluss: Unterschrieben mitbringen (falls nicht vorab gemailt - am besten noch schnell machen ;-))
- Pflicht: Handy + Notfallnummer dabei. Abbruch? Sofort abmelden
- Startnummer: Vorne tragen. Ggf. Sicherheitsnadeln mitbringen
- Wasseraufnahme: Eigener Trinkbecher (Faltbecher etc)
- Startzeiten Läufer/Walker: 9:00 Uhr: Massenstart (Briefing 8:50 Uhr Pflicht)
Canicross: Einzelstart gemäß individueller Startzeit siehe Mail
- Canicross-Läufer haben ihre individuelle Startzeit für Einzelstart im Vorfeld per Mail erhalten! Ansonsten unbedingt per Mail hallo@roe-cross.de melden
- Prüfe Deine Distanz & Disziplin in der Startliste
- Parken: Mehrzweckhalle / oder im Ort. Start/Ziel ist autofrei
- Lageplan vorher ansehen - wo was wie...
- Achtet auf die Streckenteilung nach dem Start und beim Zieleinlauf
- Das wichtigste Spaß und gegenseitige Rücksicht

Folge uns am besten auf Facebook und TikTok. Wichtige Nachrichten werden dort verkündet.

<https://www.facebook.com/roecrosslauf>

<https://www.tiktok.com/@roecross>







Wir freuen uns auf ein
mega Event mit euch.

Wir sehen uns am 19.
April 2026 im Start/Ziel ;-)

Euer Orga-Team
vom ROE-CROSS