



TOGGENBURGER HOCHGEFÜHLE

CHÄSERRUGG BERGLAUF 2022

Datum	Sonntag, 25.09.2022
Start	Unterwasser 910 m ü. M.
Ziel	Chäserrugg 2'262 m ü. M.
Strecke	Unterwasser – Egg – Iltios – Surenboden – Stöfeli – Ruggschöpf – Chäserrugg
Länge	8100 m
Höhendifferenz	1352 m
Startzeit	09.30 Uhr

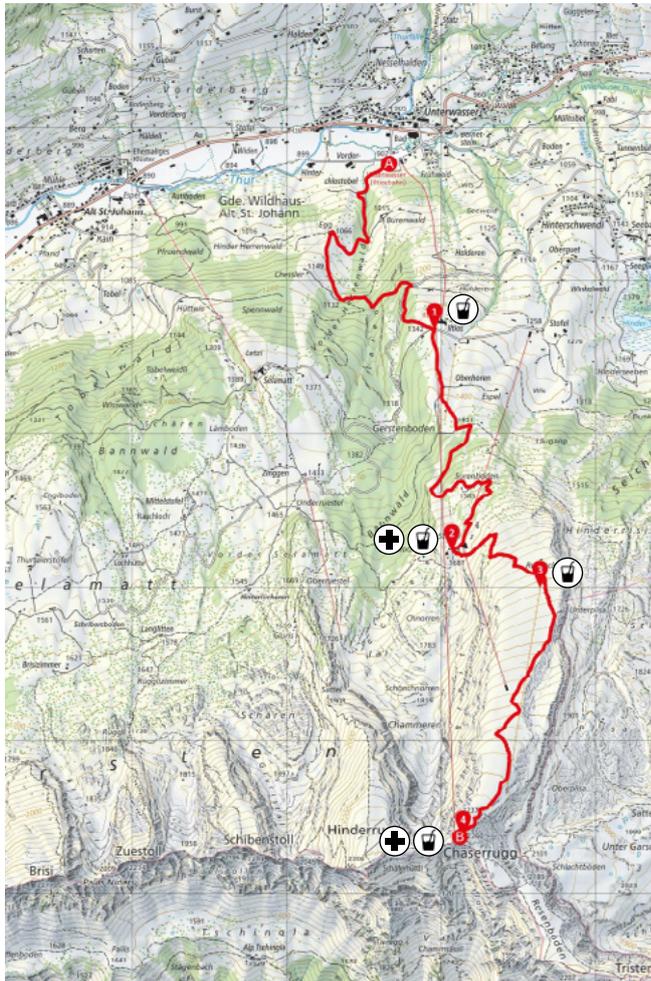
Kategorien	Männer	Jahrgang	Frauen	Jahrgang
	Hauptklasse	2002-1990	Frauen 1	2002-1990
	Senioren 1	1989-1983	Frauen 2	1989-1983
	Senioren 2	1982-1973	Frauen 3	1982-1973
	Senioren 3	1972-1963	Frauen 4	1972+älter
	Senioren 4	1962+älter		
	Junioren	2007-2003	Juniorinnen	2007-2003

Starterfeld	max. 300 Teilnehmer
Startgeld	40.00 CHF für alle Kategorien
Anmeldeschluss	21.09.2022 (Es sind keine Nachmeldungen möglich!)
Anmeldung	Online auf www.chaeserrugg.ch
Nr.-Ausgabe	Samstag, 24.09.2022 von 14.00-17.00 Uhr an der Talstation in Unterwasser Sonntag, 25.09.2022 von 08.00-09.00 Uhr an der Talstation in Unterwasser
Kleidertransport	Ab Startgelände mit offiziellen Kleidersäcken bis 09.00 Uhr
Garderobe	Dusch- und Umkleidemöglichkeiten sind bei der Badi Unterwasser vorhanden. Auf dem Chäserrugg sind Toiletten und ein Umkleideraum vorhanden.
Verpflegung	Auf der Strecke befinden sich drei Verpflegungsposten. Es werden nur Getränke abgegeben (Wasser und Isotonisch).
Preise	Erinnerungspreise für alle Teilnehmer (werden beim Zieleinlauf übergeben) Naturalgaben für Rang 1-3 in allen Kategorien Zieleinlauf Männer und Frauen 1. 200.00, 2. 150.00, 3. 100.00 in Bar
Zielschluss	12.30 Uhr
Preisverteilung	13.00 Uhr beim Gipfelrestaurant.
Talfahrt	Gratis für alle Teilnehmer, wird mit dem Erinnerungspreis im Ziel abgegeben.
Bestimmungen	Stöcke und Nagelschuhe sind nicht erlaubt.

Organisator	Chäserrugg Sports AG
Teilnahme	Teilnahmeberechtigt ist jeder Mann/Frau
Sanität	Samariterverein Wildhaus-Alt St. Johann
Auskunft	Alex Singenberger, sports@chaeserrugg.ch , 071 999 19 75
Versicherung	Versicherung ist Sache der TeilnehmerInnen. Der Organisator lehnt jegliche Verantwortung gegenüber Schäden, Unfällen oder Krankheiten, die im Zusammenhang mit dem Lauf entstehen können, grundsätzlich ab.

CHÄSERRUGG BERGLAUF 2022

Berglauf Strecke



Höhenprofil

