



BELGENBACH-TRAIL MONSCHAU SONNTAG, 8. MÄRZ 2026



Strecke		Verpflegung	m.ü.M.	Start/Zielschluß Cut-off	Pflicht
LIGHT-TRAIL 5 KM ca. 120 HD+/-					
Start		Wasser	530	Start 10:25 Uhr	
Ziel		Wasser, Tee, Carbo, Riegel	530	Zielschluß 11.20 Uhr	
STRONG-TRAIL 9,5 KM ca. 330 HD+/-					
Start		Wasser	530	Start 10:15 Uhr	
Grünental	5,6 km	Wasser, Tee, Carbo, Riegel	359		
Ziel	9,5 km	Wasser, Tee, Carbo, Riegel	530	Zielschluß 12.00 Uhr	
STRONG-TRAIL PLUS 18 KM ca. 600 HD+/-					
Start		Wasser	530	Start 10:00 Uhr	Rettungsdecke
Grünental	5,6 km	Wasser, Tee, Carbo	359		0,5 L Flüssigkeit
Rosental	10,5 km	Wasser, Tee, Carbo, Riegel	400		Handy
Grünental	14,5 km	Wasser, Tee, Carbo, Riegel	359	Cut-off 13.15 Uhr	Notnummer: 112
Ziel	18 km	Wasser, Tee, Carbo, Riegel	530	Zielschluß 14.00 Uhr	
STRONG-TRAIL DELUXE 30 KM ca. 1000 HD+/-					
Start		Wasser	530	Start 09:30 Uhr	Rettungsdecke
Grünental	5,6 km	Wasser, Tee, Carbo	359		0,5 L Flüssigkeit
weißes Kreuz	8,5 km		440		Handy
Hammer	9,1 km	Wasser, Tee, Carbo,	300		Notnummer: 112
Hl. Josef	13,3 km	Wasser, Tee, Carbo, Riegel	540		
Grünental	17,2 km	Wasser, Tee, Carbo, Riegel	359	Cut-off 12:15 Uhr	
Rosental	21,3 km	Wasser, Tee, Carbo, Riegel	398		
Grünental	25,6 km	Wasser, Tee, Carbo, Riegel	359	Cut-off 13:30 Uhr	
Ziel	30 km	Wasser, Tee, Carbo, Riegel	530	Zielschluß 14:15 Uhr	