



AUSSCHREIBUNG

25. SPARKASSEN-KÜSTENMARATHON

ZUM WELTKINDERTAG

AM 21. SEPTEMBER 2025 IN OTTERNDORF

Der **#kinderrechtelauf**:

eine Initiative des Kinderschutzbundes, des TSV Otterndorf, des TSV Wanna und des VfL Wingst

INFOS IM ÜBERBLICK

Datum und Ort:

Sonntag, 21. September 2025

Anmeldung:

<https://kuestenmarathon.de/>

Voranmeldeschluss: 14. September 2025

Strecken, Uhrzeiten und Kosten:

	Bambini-marathon	10 km	Marathon	Marathon-staffel	Jubiläumslauf 25km	Alle AK 5 km	U14, U16 5 km	U12**** 2000 m	Walking 7,5 km	WK/MK U10 1000 m	Handbiker/ Pedalo
Voranmelder Bis 31.12. online		15,- €	30,- €	50,- €	25,- €	12,- €	6,- €* 6,- €*	6,- €* 6,- €*	12,- €* 12,- €	6,- €	12,- €
Voranmelder bis 31.05. online		20,- €	37,- €	50,- €	30,- €	14,- €	6,- €* 6,- €*	6,- €* 6,- €*	12,- €	6,- €	12,- €
Voranmelder bis 15.09. online		25,- €	42,- €	50,- €	35,- €	15,- €	6,- €* 6,- €*	6,- €* 6,- €*	12,- €	6,- €	12,- €
Nachmelder vor Ort (nach Verfügbarkeit)		30,-€	50,-€	60,-€	42,-€	22,-€	8,-€	8,-€	14,-€	8,-€	14,-€
Startzeit	9.30	10.00 Sollzeit 1:30 Std.	10.15 Sollzeit 5:30 Std.	10.15 Sollzeit 5:30 Std.	10.15 Sollzeit 3:00 Std.	11.45	11.45	12.25	12.45	W/M U8* W/M 8** W/M g*** 13.00 / 13.30 / 14.00 13.15 / 13.45 / 14.15	14.30
Siegerehrung *****	10.00 ⁽²⁾	11.45 ⁽¹⁾ 11.55 ⁽¹⁾ 12.05 ⁽¹⁾	14.45 ⁽¹⁾ 15.15 ⁽¹⁾ 15.35 ⁽¹⁾	15.00 ⁽¹⁾	13.00 ⁽¹⁾ 13.15 ⁽¹⁾ 13.30 ⁽¹⁾	12.45 ⁽¹⁾	12.45 ⁽¹⁾	13.00 ⁽²⁾		14.00 / 14.30 / 15.00 (2) (2) (2)	15.30 ⁽¹⁾

Abholung der Startunterlagen

Samstag, 20. September 2025

14.30 - 17.30 Uhr Ausgabe der Startunterlagen sowie Nachmeldungen,
Sporthalle Schulzentrum, Schulstraße 2

Sonntag, 21. September 2025

8.00 Uhr bis 1 Std. vor Start Ausgabe der Startunterlagen sowie Nachmeldungen,
Sporthalle Schulzentrum, Schulstraße 2

ALLE INFOS

WAS MACHT DEN LAUF SO BESONDERS?

Sein Motto zum Weltkindertag, der Ort an dem er stattfindet und seine Beteiligten.

Wenn internationale Spitzenathleten, regionale Läufergrößen und lokale „Asphalthelden“ sich der gemeinsamen Sache verschreiben und durch sportliches Handeln eine Botschaft mit Weltgeltung vermitteln, dann ist Küstenmarathon-Sonntag in Otterndorf.

Im Jahr 2000 erstmals veranstaltet, hat sich dieser Lauf für die weltweiten Kinderrechte zu einem Event im Norden mit größter Zugkraft entwickelt.

Der Kinderschutzbund, unter Federführung des damaligen niedersächsischen Landesvorsitzenden Johannes Schmidt, und die drei Vereinen TSV Otterndorf, TSV Wanna und VfL Wingst inszenieren ihn seitdem jährlich zum Weltkindertag und stellen die Zukunft der Kinder in den Mittelpunkt. So „residieren“ die Sprösslinge der Stadt bereits Tage vor dem Küstenmarathon im Historischen Rathaus, wovon ein buntes und von Kinderhand gestaltetes Fahnenmeer zeugt.

Beginnend und endend im Herzen Otterndorfs – vor mehr als 600 Jahren auf einer Wurt unweit der Elbmündung errichtet – wird den teilnehmenden Läufern vor historischen Gemäuern eine Atmosphäre geboten, die ihresgleichen sucht. „Es ist, als würde ich nach Hause kommen“, beschrieb die Weltklasseläuferin Luminita Zaituc, deren Spezialität die 10-km-Strecke ist, was sie beim Zieleinlauf berührte. Weltklasse-Athleten und Promi-Läufer, wie Sabrina Mockenhaupt, Petra Behle, Dieter Baumann, David Storl oder Daniel Jasinski, finden sich hier neben dem Marathon auch beim Halbmarathon sowie dem 10-km-Lauf auf den schnellen Strecken zwischen Altstadt und Küstensaum ein, auf denen bereits Bestzeiten erzielt worden sind. Schülerläufe über 1.000 und 2.000 Meter sowie 5.000 Meter für alle Altersklassen, zudem Handbiker/Pedalo und Walking über 7.500 Meter ergeben das Gesamtbild des Otterndorf-Laufs.

Eröffnet wird der international zugeschnittene Marathon-Sonntag durch die Kindergartenkinder der Stadt und ihrer Umgebung mit dem sehenswerten Bambini-Marathon über die Distanz von 421 Metern. Eine prominente Stimme erhält das Laufspektakel vom ZDF-Moderator, Norbert König. Das bunte Rahmenprogramm und eine facettenreiche Bewirtung setzen erfrischende Akzente. Die Kinderwelten, u. a. mit Bühnenshow und Unterhaltung, Musik mit einem DJ, Erlebnisparcours, Hüpfburg und Waffelbäckerei, bieten dem Nachwuchs die perfekte Mischung aus Spiel, Spaß und Bewegung.

Der Reinerlös des Küstenmarathons fließt auch in diesem Jahr in die Arbeit des Kinderschutzbundes sowie in die Kinder- und Jugendarbeit der drei ausrichtenden Sportvereine.

WANN FINDET DER LAUF STATT?

Zum Weltkindertag. Am 21. September 2025 von 9:00 bis ca. 16:00 Uhr. Hier findest Du unseren Zeitplan:

ZEITPLAN

Samstag, 20. September 2025

14.30 - 17.30 Uhr Ausgabe der Startunterlagen sowie Nachmeldungen,
Sporthalle Schulzentrum, Schulstraße 2

Sonntag, 21. September 2025

8.00 Uhr Ausgabe der Startunterlagen sowie Nachmeldungen,
bis 1 Std. vor Start Sporthalle Schulzentrum, Schulstraße 2

8.45 - 9:15 Uhr Ausgabe T-Shirts an Bambini, Bühne Kinderwelten

9.00 Uhr Auftakt Spielmannszug Otterndorf

9.20 Uhr Begrüßung der Zuschauer und Läufer
vor dem Historischen Rathaus

9.25 Uhr Vorstellung der TOP-Athleten im Zielbereich

9.30 - 15.30 Uhr Kinderwelten, Kirchplatz

9.55 Uhr Andacht im Startbereich (10 km Start)

ca. 10.20 Uhr Einlauf 1. Runde 10 km-Läufer

ca. 10.30 Uhr Sieger 10 km-Lauf treffen ein

ca. 10.50 Uhr Einlauf 1. Runde Marathon/25km Lauf

ca. 11.25 Uhr Sieger Halbmarathon treffen ein und Marathonläufer
gehen in die 3. Runde

ca. 12.00 Uhr Marathonis gehen auf die 4. Runde

ca. 12.30 Uhr Sieger Marathon treffen ein

STARTZEITEN

Uhrzeit	Wettbewerb	Teilnehmer	Ort
9.30 Uhr	Bambinilauf	Kindergartenkinder	Start/Ziel
10.00 Uhr	10 km-Lauf	WJ/MJ U18 ,U20, M/F	Kirchplatz
10.15 Uhr	Marathon, HM, Marathonstaffel	M/F, WJ/MJ U18 (nur HM)	Start/Ziel
11.45 Uhr	5 km-Lauf	WK/MK U12, U14, U16, WJ/MJ U18, U20, M/F	Start/Ziel
12.25 Uhr	2000 m-Lauf	WK/MK U12 (2013+2014)	Start/Ziel
12.45 Uhr	Walking	Keine Altersbeschränkung	Start/Ziel
13.00 Uhr	1000 m-Lauf	WK U8 (2017 und jünger)	Start/Ziel
13.15 Uhr	1000 m-Lauf	MK U8 (2017 und jünger)	Start/Ziel
13.30 Uhr	1000 m-Lauf	WK U10 (2016)	Start/Ziel
13.45 Uhr	1000 m-Lauf	MK U10 (2016)	Start/Ziel
14.00 Uhr	1000 m-Lauf	WK U10 (2015)	Start/Ziel
14.15 Uhr	1000 m-Lauf	MK U10 (2015)	Start/Ziel
14.30 Uhr	Handbiker/Pedalo	Keine Altersbeschränkung	Start/Ziel

SIEGEREHRUNGEN

Uhrzeit	Wettbewerb	Teilnehmer	Ort
10.00 Uhr	Bambinilauf	Kindergartenkinder	Kinderwelten
11.45 Uhr	10 km-Lauf	Gesamteinlauf	Rathaus
11.55 Uhr	10 km-Lauf	Cuxland-Wertung	Rathaus
12.05 Uhr	10 km-Lauf	AK und Firmenwertung	Rathaus
12.45 Uhr	5 km-Lauf	Gesamteinlauf	Rathaus
12.50 Uhr	5 km-Lauf	Cuxlandwertung	Rathaus
13.00 Uhr	Halbmarathon	Gesamteinlauf	Rathaus
13.00 Uhr	2000 m-Lauf	WK/MK U12	Kinderwelten
13.15 Uhr	Halbmarathon	Cuxlandwertung	Rathaus
13.30 Uhr	Halbmarathon	Altersklassen	Rathaus
13.55 Uhr	5 km Lauf	Altersklassen	Rathaus
14.00 Uhr	1000 m-Lauf	WK/MK U8 (w/m 2017 u. jünger)	Kinderwelten
14.30 Uhr	1000 m-Lauf	WK/MK U10 (w/m 2016)	Kinderwelten
14.45 Uhr	Marathon	Gesamteinlauf	Rathaus
15.00 Uhr	1000 m-Lauf	WK/MK U10 (w/m 2015)	Kinderwelten
15.00 Uhr	Marathonstaffel	Gesamteinlauf	Rathaus
15.15 Uhr	Marathon	Cuxlandwertung	Rathaus
15.30 Uhr	Handbiker/Pedalo	Gesamteinlauf	Rathaus
16.00 Uhr	Marathon	Altersklassen	Rathaus

WO FINDET DER LAUF STATT?

Im Nordseebad Otterndorf, das der NDR.de auf seiner Seite „Ratgeber Reise“ aus unserer Sicht nicht hätte schöner beschreiben können:

„Elbe und Nordsee, der Fluss Medem und der Südsee: In Otterndorf ist das Wasser immer in der Nähe. Das Nordseebad mit seinen rund 7.000 Einwohnern liegt an der Elbmündung östlich von Cuxhaven. Dicke Pötte auf ihrem Weg von und nach Hamburg ziehen gemächlich auf dem Fluss direkt am Grünstrand vorbei, scheinbar zum Greifen nah. Das touristische Zentrum des Nordseebades befindet sich gleich hinter dem Deich: die Freizeitanlage "See achtern Diek" mit Ferienhäusern, einem großen Campingplatz, Süßwasser-Badesee sowie vielen Angeboten für Wassersportler. In der kalten Jahreszeit bietet sich ein Besuch in der Sole-Therme an, einem Freizeitbad mit vielfältigem Sauna- und Wellness-Angebot im Stadtzentrum.

Mittelpunkt Otterndorfs ist die Altstadt mit ihren gepflegten historischen Häusern, von denen viele aus dem 16. Jahrhundert stammen..."

All diese Sehenswürdigkeiten werden auf den einzelnen Strecken des Küstenmarathons erlebbar.

WER KANN MITMACHEN?

Jede und jeder darf teilnehmen. Du musst Dich dazu in der Lage fühlen. Wir freuen uns, wenn Du Dich, angesprochen fühlst und Dich an unserem Ziel, eine bessere Welt für Kinder zu schaffen, beteiligst und in Otterndorf auf einer der angebotenen Strecke läufst.

KÖNNEN AUCH ROLLSTUHLFAHRERINNEN UND ROLLSTUHLFAHRER MITMACHEN?

Sehr gerne. Wir freuen uns, wenn Du Dich mit Deinem Handbike oder Pedalo beteiligst.

KÖNNEN SICH AUCH SCHULEN AN DEM LAUF BETEILIGEN?

Wir freuen uns ganz besonders, über jede Schule, die mit ihren Schüler:innen an dem Lauf teilnimmt. Wir erleichtern den Schulen die Anmeldung über eine Sammelanmeldung und vergünstigen das Startgeld pro Schüler von 6,- € auf 2,- €! Bitte nutzt dafür die Sammelanmeldung, die Ihr unter info@kuestenmarathon.de anfordern könnt. **Der Rabatt wird ausschließlich für Schülerläufe (1000m und 2000m) und bis zum 07. September 2025 gewährt. Mit dieser Frist endet auch die Möglichkeit der Sammelanmeldungen.** Der 5 km Lauf wird nicht rabattiert.

MUSS ICH STARTGEBÜHREN BEZAHLEN?

Ja. Deine Teilnahme ist nicht kostenlos. Dein Startgeld wird verwendet, um die Kosten zu decken, die für die Organisation des Laufes entstehen, zum Beispiel für Medaillen, Urkunden, Strecke und Verpflegung.

Sponsorengelder dagegen setzen wir u. a. für die Streckensicherung, die Zeitmessung, Moderation und Werbung ein.

Überschüsse aus Deinem Startgeld oder Sponsorengeldern verwenden wir für Kinder- und Jugendprojekte.

Falls du jetzt schon spenden möchtest, kannst du dies jederzeit unter folgendem Link tun:
www.wirwunder.de/weser-elbe

WAS BEKOMME ICH FÜR MEIN STARTGELD?

Mit Deinem Lauf engagierst Du Dich für die Rechte der Kinder und unterstützt die vier beteiligten Vereine bei der Umsetzung ihrer diesjährigen Kinde- und Jugendprojekte. *Darüber hinaus bekommst Du eine Menge für Dein Startgeld geboten:*

- Kostenloses Parken
- Kostenlose Umkleidekabinen
- Kostenlose Kleideraufbewahrung
- Kostenlose Duscmöglichkeiten
- Gesicherte Strecken
- Verpflegung entlang der Strecke durch Schülerinnen und Schüler
- Einmalchip für die Zeitmessung
- Zielvideo von Deinem Einlauf
- Startnummer mit Deinem Vornamen (sofern Du Dich bis zum 14.09.2025 anmeldest)
- Kostenloses Massageangebot
- Läuferoase im Zielbereich mit umfangreicher Verpflegung
- Urkundensofortdruck
- Medaille
- Kostenlose Nutzung der Soletherme für eine Stunde gegen Vorlage der Startnummer
- Firmenwertung im 10 km-Lauf
- DLV-Stempel, Volkslauf-Stempel
- Laufsammler-Stempel
- Pokale und Sachreise inklusive diverse Altersklassenwertungen bei bestimmten Strecken
- Cuxland-Wertung: Geldprämien für die schnellsten Cuxland-Läufer:innen

- Weitere Geldprämien bei bestimmten Strecken unter Einhaltung von bestimmten Sollzeiten

ANMELDUNG

Wo kann ich mich anmelden?

Du kannst Dich auf dieser Seite anmelden. Wir arbeiten bei der Anmeldung mit der Firma Davengo zusammen. Klicke einfach auf diesen Link. <https://kuestenmarathon.de/>

Bis wann kann ich mich anmelden?

Du kannst Dich bis zum 14. September 2025, 23:59 Uhr online anmelden. Wenn Du Dich bis zum 14. September 2025, 23:59 Uhr anmeldest, erhältst Du eine personalisierte Startnummer mit Deinem Vornamen.

AUF EINEN BLICK

	Bambini-marathon	10 km	Marathon	Marathon-staffel	Halb-marathon	Alle AK 5 km	U14, U16 5 km	U12**** 2000 m	Walking 7,5 km	WK/MK U10 1000 m	Handbiker/ Pedalo
Voranmelder bis 31.05. online		20,- €	35,- €	50,- €	25,- €	14,- €	6,- €* [*]	6,- €* [*]	12,- €	6,- €	12,- €
Voranmelder bis 15.09. online		25,- €	40,- €	50,- €	30,- €	15,- €	6,- €* [*]	6,- €* [*]	12,- €	6,- €	12,- €
Nachmelder vor Ort <small>(nach Verfügbarkeit)</small>		30,-€	47,-€	60,-€	37,-€	22,-€	8,-€	8,-€	14,-€	8,-€	14,-€
Startzeit	9.30	10.00 Sollzeit 1:30 Std.	10.15 Sollzeit 5:30 Std.	10.15 Sollzeit 5:30 Std.	10.15 Sollzeit 2:30 Std.	11.45	11.45	12.25	12.45	W/M U8* W/M 8** g*** 13.00 / 13.30 / 14.00 13.15 / 13.45 / 14.15	14.30
Siegerehrung *****	10.00 ⁽²⁾	11.45 ⁽¹⁾ 11.55 ⁽¹⁾ 12.05 ⁽¹⁾	14.45 ⁽¹⁾ 15.15 ⁽¹⁾ 15.35 ⁽¹⁾	15.00 ⁽¹⁾	13.00 ⁽¹⁾ 13.15 ⁽¹⁾ 13.30 ⁽¹⁾	12.45 ⁽¹⁾	12.45 ⁽¹⁾	13.00 ⁽²⁾		14.00 / 14.30 / 15.00 (2) (2) (2)	15.30 ⁽¹⁾

*Wichtiger Hinweis für Schulen: Werden Schüler:innen über die Schule per Sammelanmeldung gemeldet, reduziert sich das Startgeld auf 2,- € pro Schüler:in! Sammelanmeldungen erhalten Sie unter info@kuestenmarathon.de. Der Abgabetermin für die Sammelanmeldung ist der 01. September 2025. Mit diesem Datum endet auch die Rabattierung der Startgelder.

Sind Nachmeldungen möglich?

Ja, Nachmeldungen sind möglich. Allerdings nur noch vor Ort in Otterndorf:

Samstag, 20. September 2025 von 14:30 bis 17:30 Uhr in der Schulsporthalle, Schulstraße 2

Sonntag, 21. September 2025 ab 8:00 Uhr bis 1 Stunde vor dem jeweiligen Start ebenfalls in der Schulsporthalle, Schulstraße 2

Kann ich als Team am Küstenmarathon teilnehmen?

Teamwettbewerbe bieten wir beim Marathon und beim 10 km-Lauf an. Beim Marathon könnt Ihr eine Marathonstaffel melden. Beim 10 km-Lauf bieten wir eine Firmenwertung an.

Wie viele Teilnehmer braucht man für eine Marathonstaffel?

Du musst gemeinsam mit drei weiteren Läufer:innen antreten. Das Mindestalter beträgt 18 Jahre. Mixed-Teams sind möglich. Jede:r Läufer:in muss eine Strecke von ca. 10 km zurücklegen. Jedes Team erhält einen Staffelstab, der jeweils weitergegeben werden muss.

Wie funktioniert das mit der Firmenwertung?

Im Rahmen des 10 km-Laufes werten wir die jeweils drei schnellsten Läufer:innen einer Firma. Ihr könnt also mit beliebig vielen Teilnehmer:innen Eurer Firma an den Start gehen. Das erste Team Eurer Firma wird automatisch durch die jeweils schnellsten drei Teilnehmer:innen Eurer Firma gebildet. Das zweite Team Eurer Firma wird gebildet vom Viert-, Fünft- und Sechstschnellsten Eurer Firma usw. Dazu werden die jeweiligen Bruttozeiten addiert. **Wichtig ist, dass Ihr alle bei Eurer Anmeldung zum 10 km-Lauf die Firmenwertung auswählt und beim Firmennamen eine einheitliche Schreibweise wählt.**

Wie sehe ich, ob ich angemeldet bin?

Du erhältst von unserem Kooperationspartner Davengo eine Bestätigungsmail. Du kannst aber auch unter www.kuestenmarathon.de die Teilnehmerliste einsehen.

Ich habe keine Bestätigungs-E-Mail erhalten. Was muss ich tun?

Eventuell ist die Mail im Spam gelandet. Schau doch gerne auch noch einmal unter www.kuestenmarathon.de, ob Dein Name in der Teilnehmerliste aufgeführt ist.

Was passiert, wenn ich mich anmelde und dann doch nicht teilnehmen kann?

Das wäre schade, wenn Du nicht dabei sein könntest. Wenn Du Dich krank fühlst, solltest Du allerdings nicht laufen. Du musst Dich aber auch nicht bei uns abmelden. Wir werten Dich einfach als nicht gestartet und Du tauchst in keiner Ergebnisliste auf.

Bekomme ich meine Teilnahmegebühr zurückerstattet, wenn ich nicht laufen kann?

Deine Teilnahmegebühr können wir Dir leider nicht zurückerstatten. Sie deckt die Kosten, die uns mit Deiner Anmeldung entstanden sind. So haben wir beispielsweise eine Medaille und Verpflegung

für Dich bestellt und wir müssen für die Bearbeitung Deiner Anmeldung eine Gebühr entrichten. Auch wenn es für Dich ärgerlich ist, sehe es einfach als Spende für die Kinder- und Jugendprojekte die wir aus den Erlösen der Veranstaltung realisieren.

Was passiert mit meinen Startunterlagen, wenn ich nicht beim Lauf dabei bin?

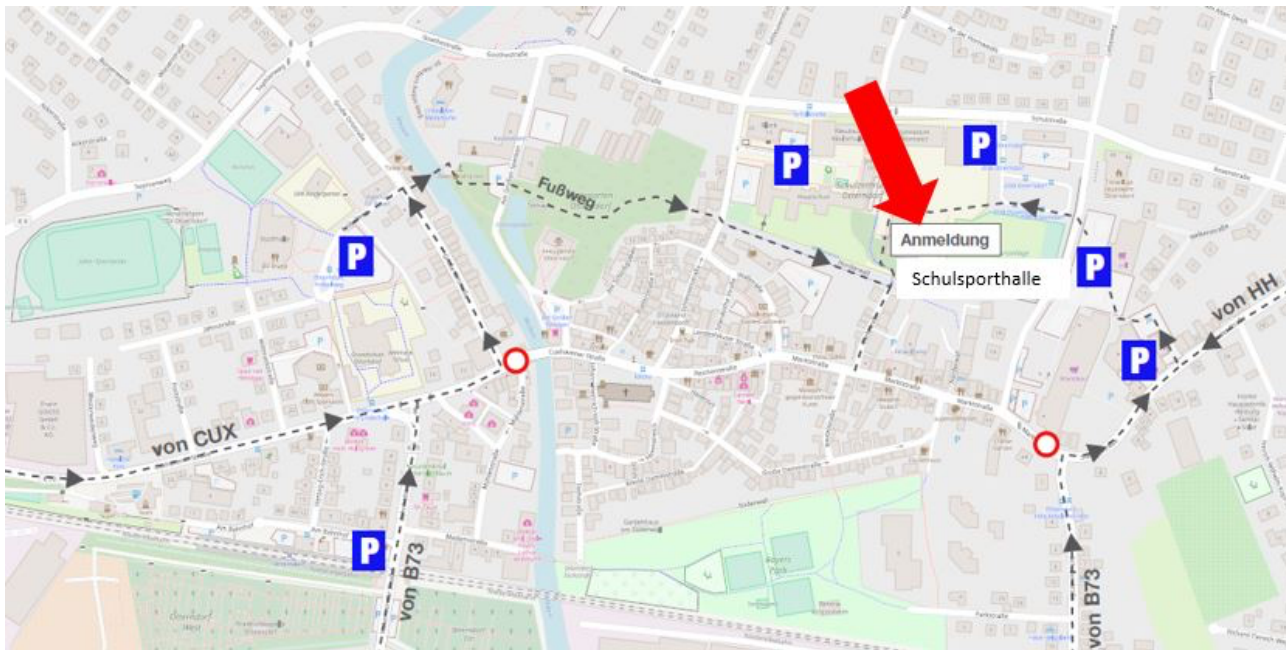
Deine Startunterlagen kannst Du gerne bei uns abholen. Gerne senden wir sie Dir auch auf Wunsch zu. Sende uns dazu kurz eine E-Mail an info@kuestenmarathon.de und gebe uns Deine Adresse auf.

Was passiert mit meinem erworbenen Veranstaltungsshirt, wenn ich nicht laufen kann?

Solltest Du keine Gelegenheit haben, es mit Deinen Startunterlagen abzuholen, sende wir es Dir nach der Veranstaltung ohne Aufforderung gerne zu.

Wo bekomme ich meine Startunterlagen?

Du kannst Deine Startunterlagen am Samstag, 20. September von 14:30 bis 17:30 Uhr und am Sonntag, 21. September 2025 von 8:00 bis 13:00 Uhr in der Sporthalle des Schulzentrums Otterndorf, Schulstraße 2 abholen. Der Weg zur Turnhalle ist ausgeschildert. Hier findest Du ein Plan von der Innenstadt.



Wo kann ich kostenlos parken?

Du kannst in Otterndorf auf folgenden Parkplätzen kostenlos parken:

- Parkplatz Fröbelweg
- Parkplatz Am Großen Specken (Zufahrt über Goethestraße)
- Liebesweg auf dem Edeka-Parkplatz unseres Partners Niko Keil (Zufahrt über Stader Straße/Kik)

LAUFEN

Welche Fortbewegungsarten sind erlaubt?

Laufen, walken, Handbiken und Rollstuhlfahren sind erlaubt. Ihr findet die verschiedenen Angebote hier in unserer Übersicht:

Ist Radfahren, Skaten oder Inlinerfahren auch möglich?

Da es sich um eine Laufveranstaltung handelt, sind diese Fortbewegungsarten nicht erlaubt.

Kann ich mehrere Läufe an diesem Tag absolvieren?

Wenn Deine Gesundheit, Deine Kondition und der Zeitplan dies zulassen, kannst Du Dich auch für einen weiteren Lauf anmelden. Davon raten wir aber aus gesundheitlichen Gründen ab.

Wie erfolgt die Zeitmessung?

Wir haben die Firma Davengo mit der Zeitmessung beauftragt. Du findest in Deinen Startunterlagen einen Transponder (easychip). Bitte befestige ihn kurz vor dem Lauf an Deinem Schuh. Am besten hält er, wenn Du ihn in Deinen Schnürsenkeln einbindest. Ein eigener Chip kann nicht genutzt werden. Der Chip ist ein Einwegchip und muss nach dem Lauf nicht zurückgegeben werden.

Erhalte ich eine Startnummer?

Ja, Du erhältst eine eigene Startnummer. Du findest sie in Deinen Startunterlagen. Wenn Du Dich bis zum 14. September 2025 online anmeldest, wird sie mit Deinem Vornamen versehen. Wenn Du Dich später anmeldest erhältst Du Deine Startnummer ohne Deinen Vornamen.

Gibt es eine Übersicht über die verschiedenen Strecken?

Wir haben für Dich einen Streckenplan vorbereitet. Wenn Du Lust hast, kannst Du die Strecke vorab schon einmal abfahren oder Probelaufen. Beachte dabei, dass sie nur am Veranstaltungstag durch Streckenposten abgesichert wird.

Hier findest Du den Streckenplan bzw. eine Kurzbeschreibung der Strecken:



Streckenverlauf

5 km-Lauf, 10 km-Lauf, Halbmarathon und Marathon: DLV-vermessene Strecken über asphaltierte/befestigte Wege.

MARATHON & MARATHONSTAFFEL

Abwechslungsreicher Stadt- und Landschaftslauf über **vier** Runden. Start Rathaus - Hadelner Kanal - Deichkrone - Grünstrand entlang des meistbefahrenen Schifffahrtsweges der Welt - Feriengebiet - Historische Altstadt - Rathaus

25 KM JUBILÄUMSLAUF

Ähnlicher Streckenverlauf zu der MarathonRunde. Details folgen.

10 KM-LAUF

Stadt- und Landschaftslauf über **zwei** Runden. Start zwischen Kirchplatz und Rathaus - Hadelner Kanal - Deichkrone - entlang des meistbefahrenen Schifffahrtsweges der Welt - Historische Altstadt - Ziel Rathaus

5 KM-LAUF

Lauf durch die Historische Altstadt und durch die Innenstadt über **zwei** Runden.

HANDBIKER/PEDALO

Erste Runde der 10 km Strecke (leicht abgewandelt: Du fährst nicht auf den Deich, sondern biegst kurz vorher wieder links ab Richtung Innenstadt). Achtung an dieser Stelle erwartet Dich ein recht hohes Gefälle. Bitte beachten und vorsichtig fahren! Es besteht Helmpflicht.

WALKING 7,5 KM

Erste Runde der 10 km Strecke (leicht abgewandelt: Du walkst noch ein Stück länger auf dem Deich als die 10 km Läufer:innen).

Gibt es eine Streckenkontrolle?

Ja, wir sorgen für eine Streckenkontrolle durch ehrenamtliche Helfer. Sei bitte trotzdem auch selbst wachsam. Der Verkehr kann nicht gänzlich verhindert werden. Trage dazu bitte Deine Startnummer gut sichtbar auf der Brust, damit Du von den Helfer:innen als Teilnehmer:in des Laufes erkannt wirst.

Werde ich während des Laufes gepflegt?

Wir richten entlang der Strecken Verpflegungsstände ein. Sie werden von Schüler:innen der hiesigen Schulen ehrenamtlich betreut. Sie versorgen Dich freiwillig an einem Sonntag im Rahmen des Kinderrechtelaufs. Darüber hinaus haben wir im Zielbereich hinter der Stadtscheune, Sackstraße 4-7 eine Läuferoase eingerichtet. Hier kannst Du Dich nach Deinem Lauf gerne stärken.

RUND UM DEN LAUF

Wo kann ich mich umziehen?

In der Sporthalle des Schulzentrums Otterndorf, Schulstraße 2 stehen Umkleidekabinen für Dich kostenlos von 8:00 bis 16:30 Uhr zur Verfügung. Wir halten in der Sporthalle Beutel zur Aufbewahrung Deiner Kleidung für Dich bereit und verwahren sie dort gerne, während Du läufst.

Erhalte ich eine Urkunde?

Ja. Deine Urkunde erhältst Du gegen Nennung oder Vorlage Deiner Startnummer in der Stadtscheune, Sackstraße 4-7. Du kannst sie Dir aber auch selbst online abrufen und abspeichern oder ausdrucken: www.kuestenmarathon.de.

Erhalte ich eine Medaille?

Ja. Wir überreichen Dir nach Deinem Zieleinlauf persönlich eine Erinnerungsmedaille.

Wo finde ich mein Ergebnis?

Deine Platzierung und Deine Laufzeit findest Du in unserer Ergebnisliste. Dein Ergebnis wird am Veranstaltungstag am Infostand am Historischen Rathaus, Rathausplatz 1 einsehbar sein. Online findest Du Dein Ergebnis unter: www.kuestenmarathon.de. Dort findest Du auch zusätzlich Deinen Zieleinlauf als Video.

In der Ergebnisliste wird zwischen Brutto- und Nettozeit unterschieden. Was versteht man darunter?

Die Bruttozeit ist Deine tatsächliche Wettkampfzeit, also die Zeit, die Du vom Startschuss bis zum Zieleinlauf für die Strecke benötigst. Sie darf nach Wettkampfbestimmungen nur für die Siegerehrung verwendet werden. Deine Nettozeit weißt Deine Zeit vom Überlaufen der Startlinie bis zum Zieleinlauf aus.

Wo kann ich duschen?

In der Sporthalle des Schulzentrums Otterndorf, Schulstraße 2 stehen Duschen von 8:00 bis 16:30 Uhr kostenlos für Dich zur Verfügung.

Alternativ kannst Du auch nach Deinem Lauf kostenlos die Sole-Therme Otterndorf in der Goethestraße 12 für eine Stunde (ausgenommen Saunabereich) am Sonntag, 21. September 2025 in der Zeit von 12:00 bis 19:00 Uhr gegen Vorlage der Startnummer nutzen.

Gibt es ein Veranstaltungs- bzw. Erinnerungsshirt?

Ja. Das Sparkassen-Küstenmarathon Funktionsshirt 2025 kannst Du im Rahmen Deiner Anmeldung gleich mitbestellen. Du kannst dabei zwischen zwei Alternativen wählen.

Das **offizielle Veranstaltungsshirt 2025 von artiva Sports** mit aufwendigen Front- und Rückendruck zum Preis von 39,90 €. Bestellschluss: 11. August 2025. Das Design werden wir in den kommenden Wochen bekanntgeben. Eine Größentabelle und nähere Beschreibungen zum Shirt findest Du hier.



Größentabelle Sparkassen-Küstenmarathon Funktionsshirts vollflächigem Druck 2025

Shirtmaße Frauen	XS	S	M	L	XL	2XL	3XL	Toleranz
1/2 Brustumfang unter der Achselhöhle	39,5 cm	43,5 cm	47,5 cm	51,5 cm	53,5 cm	57,5 cm	61,5 cm	+1-2cm
Ärmellänge	22,4 cm	23,6 cm	24,8 cm	26 cm	27,2 cm	28,4 cm	29,6 cm	+1-2cm
Rücklänge mittig	62 cm	64 cm	66 cm	68 cm	70 cm	72 cm	74 cm	+1-2cm

Shirtmaße Männer	XS	S	M	L	XL	2XL	3XL	4XL	Toleranz
1/2 Brustumfang unter der Achselhöhle	44 cm	48 cm	52 cm	56 cm	60 cm	64 cm	68 cm	72 cm	+/- 2cm
Ärmellänge	31 cm	32 cm	33 cm	34 cm	35 cm	36 cm	37 cm	38 cm	+/- 2cm
Rücklänge mittig	67 cm	69 cm	71 cm	73 cm	75 cm	77 cm	79 cm	81 cm	+/- 2cm

Shirtmaße Kinder	110	116	122	128	134	140	146	152	158	164	Toleranz
1/2 Brustumfang unter der Achselhöhle	34,44	36,2	38	39,7	41,48	43,2	45	46,76	48,5	50,3	+/- 1-2cm
Ärmellänge	22,19	22,9	23,6	24,3	25,02	25,7	26,44	27,15	27,9	28,6	+/- 1-2cm
Rücklänge mittig	48,5	50	51,5	53	54,5	56	57,5	59	60,5	62	+/- 1-2cm

Beschreibung:

Das offizielle Veranstaltungs-Funktionsshirt 2025 mit mehrfarbigem Brustdruck zum Preis von 39,90 €.

Das offizielle Veranstaltungsshirt mit Brustdruck als Funktionsshirt zum Preis von 15,00 €, Bestellschluss: 11.08.2025



Shirtmaße Frauen	S	M	L	XL	2XL
Breite in cm	43,18	48,26	53,34	58,42	63,5
Länge in cm	64,77	66,04	68,58	71,12	73,66

Shirtmaße Männer	S	M	L	XL	2XL	3XL
Breite in cm	45,72	50,8	55,88	60,96	66,04	71,12
Länge in cm	71,12	73,66	76,2	78,74	81,28	83,82

Shirtmaße Kinder	110	116	122	128	134	140	146	152
Brustumfang in cm	66	69,5	73	76,5	80	83,5	85	90,5
Saumumfang in cm	66	69,5	73	76,5	80	83,5	85	90,5
Gesamtlänge hinten in cm	46	47,5	49	50,5	52	53,5	55	56,5

Wird ein Stempel für den Laufsammler ausgegeben?

Ja. Wer am Küstenmarathon teilnimmt, kann sich einen Laufsammler-Stempel für sein Stempelheft abholen. Er wird in der Stadtscheune, Sackstraße 4-7 und in der Schulsporthalle, Schulstraße 2 für Dich bereitgehalten. Das Stempelheft findest Du in Deinen Startunterlagen oder ebenfalls in der Stadtscheune.

Der Laufsammler 2025 der Region Weser-Elbe belohnt die aktive Teilnahme an Laufsportveranstaltungen im Landkreis Cuxhaven, in Oldendorf, Gnarrenburg sowie der Seestadt Bremerhaven.

Weitere Informationen unter www.laufsammler.de



Welchen Klasseneinteilungen und Wertungen gibt es?

MARATHON UND HALBMARATHON/25KM JUBILÄUMSLAUF

Klasseneinteilungen: WJ/MJ U18 (**nur HM**), Frauen/Männer, W/M 30, 35 usw.

Wertungen: Gesamteinlauf W/M, Altersklassenwertungen W/M, Cuxland-Wertung: Gesamteinlauf W/M

MARATHONSTAFFEL

Keine Klasseneinteilung.

Teilnahme ab WJ/MJ U18. Mixed-Teams möglich. Vier Läufer:innen. Streckenlänge pro Läufer:in ca. 10 km.

Wertung: Gesamteinlauf

10 KM-LAUF

Klasseneinteilungen: WJ/MJ U18 und U20, Frauen/Männer, W/M 30, 35 usw.

Wertungen: Gesamteinlauf W/M, Altersklassenwertungen W/M, Firmenwertung (keine Klasseneinteilung)

Cuxland-Wertung: Gesamteinlauf W/M

5 KM-LAUF

WK/MK U12 + U14 + U16, WJ/MJ U18, WJ/MJ U20, Frauen/Männer (Gesamteinlauf)

SCHÜLER:INNEN-LÄUFE 1.000M:

WK/MK U8: W/M U8 (Jahrgang 2017 und jünger)

WK/MK U10: W/M 8 (Jahrgang 2016), W/M 9 (Jahrgang 2015)

SCHÜLER:INNEN-LÄUFE 2.000M:

WK/MK U12 (Jahrgänge 2013 und 2014)

HANDBIKER/PEDALO

Keine Klasseneinteilung.

Wertungen: Gesamteinlauf W/M

WALKING

Keine Klasseneinteilung.

Keine Wertung.

Anerkennung für das Deutsche Sportabzeichen.

Was versteht man unter der Cuxland-Wertung?

Mit der Cuxland-Wertung belohnt der Kreissportbund Cuxhaven e.V. die schnellsten Läufer:innen des Cuxlandes mit Geldprämien. Du bist ein/e Cuxland-Läufer:in, wenn Du bei Deiner Anmeldung Deinen Heimatverein angibst und dieser seinen Sitz im Landkreis Cuxhaven hat. Gibst Du bei Deiner Anmeldung keinen Verein an, dann ist Dein Wohnort maßgebend und dieser müsste sich dann ebenfalls im Landkreis Cuxhaven befinden. Trifft eines dieser beiden Kriterien zu, solltest Du bei Deiner Anmeldung die Cuxland-Wertung entsprechend ankreuzen. Sie wird nicht automatisch generiert.

Werden Siegerehrungen durchgeführt?

Ja. Die drei schnellsten Läufer:innen werden jeweils auf der Treppe des Rathauses, Am Rathausplatz 1 oder auf den Kinderwelten, Am Kirchplatz persönlich geehrt. Wir halten je nach Lauf Urkunden, Pokale, Sach- und Geldpreise bereit. Dabei achten wir auf einheitliche Preisgelder für Frauen und Männer. Bitte habe Verständnis, dass die Preisübergabe nur am Veranstaltungstag stattfinden kann.

Hier findest Du eine Übersicht für welche Läufe wir welche Auszeichnungen bereithalten:

MARATHON

Geldpreise Platz 1 – 3 Gesamteinlauf (W/M) bei Einhaltung einer Sollzeit von 2:25 Stunden (M) u. 2:55 Stunden (W). Sachpreise Platz 1 – 3 je AK. Urkunden und Erinnerungsmedaillen. Sonderpreise Platz 1 – 3 für die besten „Cuxland-LäuferInnen“

MARATHONSTAFFEL

Sachpreise Platz 1 bis 3 Gesamteinlauf

25 KM JUBILÄUMSLAUF

Geldpreise Platz 1 – 3 Gesamteinlauf (W/M) bei Einhaltung einer Sollzeit von 1:25 Stunden (M) und 1:45 Stunden (W). Sachpreise Platz 1 – 3 je AK. Urkunden und Erinnerungsmedaillen. Sonderpreise Platz 1 – 3 für die besten „Cuxland-LäuferInnen“

10 KM-LAUF

Geldpreise Platz 1 – 3 Gesamteinlauf (W/M) bei Einhaltung einer Sollzeit von 32:00 min (M) u. 38:00 min (W). Sachpreise Platz 1 – 3 je AK. Urkunden und Erinnerungsmedaillen. Sonderpreise Platz 1 – 3 für die besten „Cuxland-LäuferInnen“

Sonderwertungen/Pokale Platz 1 – 3 und Urkunden für Firmen- u. Behördenmannschaften (3 TeilnehmerInnen, auch mixed W/M möglich).

KINDERLÄUFE

U8 + U10 (1000 m) + U12 (2000 m): Pokale Platz 1 – 3 je Klasseneinteilung, Urkunden und Erinnerungsmedaillen

5 KM-LAUF

U14 + U16: Pokale Platz 1 – 3, Urkunden und Erinnerungsmedaillen

WJ/MJ U18, WJ/MJ U20, Frauen/Männer: Sachpreise Platz 1 – 3, Urkunden und Erinnerungsmedaillen

HANDBIKER/PEDALO

w/m je einen Pokal Platz 1, w/m jeweils Sachpreise Plätze 2 und 3, Urkunden und Erinnerungsmedaillen.

WALKING 7,5 KM

Erinnerungsmedaillen und Urkunden (mit Zeitnahme aber ohne Wertung, gültig als Nachweis für das Deutsche Sportabzeichen!)

Wo finden die Siegerehrungen statt?

Die Ehrungen im Rahmen des Bambinimarathons und der Schülerläufe über 1.000 und 2.000m finden auf den Kinderwelten, Am Kirchplatz statt. Alle anderen Ehrungen finden auf der Treppe des Historischen Rathauses, Rathausplatz 1 statt.

Gibt es ein Massageangebot?

Ja. Wir bieten Dir gegen Vorlage Deiner Startnummer eine kostenlose Massage in der Stadtscheune, Sackstraße 4-7 an.

Gibt es ein Rahmenprogramm für Kinder?

Beim Küstenmarathon stehen neben dem Sport ganz besonders die Kinder im Vordergrund. Der Weltkindertag als Anlass, zieht sich durch die komplette Veranstaltung. So hissen die Kindergartenkinder einige Tage vor der Veranstaltung selbst bemalte Fahnen am historischen Rathaus als Begrüßung der Teilnehmer. Die 10-km-Läufer werden auf ihrer Strecke durch von den Kindern selbst gefertigten Holzfiguren auf den richtigen Weg geleitet. Sie zeigen den Sportlern – verbunden mit jeweils einem Kinderrecht – die zurückgelegten Kilometer an. Ergänzend versorgen Kinder und Jugendliche die Teilnehmer:innen an den Verpflegungsständen.

Und auch den Auftakt bei der Veranstaltung geben Hunderte Kindergartenkinder der Region mit einem der Hauptprogrammpunkte: Dem Bambinimarathon über 421 m – für viele Kids der erste Lauf ihres Lebens. Es folgen zahlreiche spannende Schüler- und Jugendläufe. In den „Kinderwelten“ auf dem Kirchplatz erwartet die jungen Teilnehmer außerdem ein umfangreiches Unterhaltungsprogramm: eine Bühnenshow, Musik mit einem DJ, Erlebnisparcours, Hüpfburg und Waffelbäckerei, bieten dem Nachwuchs die perfekte Mischung aus Spiel, Spaß und Bewegung abseits der Rennstrecke.

Wird die Veranstaltung von vielen Zuschauern besucht?

Otterndorf ist bekannt bei den Teilnehmer:innen für seine außergewöhnliche Zuschauerkulisse in der Innenstadt und den vielen begeisterten Zuschauern entlang der Strecke. In Otterndorf wird

jede/r Teilnehmer:in frenetisch angefeuert und mit herzlichem Beifall ins Ziel getragen. Wenn Du nicht mitlaufen kannst, solltest Du in jedem Fall zum Anfeuern dabei sein.

Gibt es ein Angebot für Zuschauer?

Dich als Zuschauer erwarten emotionale Momente beim Bambinimarathon und den Kinderläufen, ambitionierte Athleten aus der Laufszene, der ein oder andere Top-Athlet, eine hochklassige Moderation interessante Interviews und spannende Wettkämpfe. Abgerundet wird Dein Erlebnis durch ein umfangreiches und interessantes Standangebot einschließlich herzhafter Gaumenfreuden. Die Kinder- und Jugendwelten bieten auf einer Fläche von 1500 qm Party- und Zauberspaß, Musik mit einem DJ, Hüpfburg, Schminken, Spielen, Basteln etc.

Wird die Veranstaltung moderiert?

Ja. Wir freuen uns, Läufern und Zuschauern auch in diesem Jahr den ZDF-Sportreporter und Moderator, Norbert König, zu präsentieren. In Otterndorf wird Norbert König laufen, kommentieren, moderieren, interviewen und den Rechten der Kinder eine prominente Stimme geben. Eventuell bist Du ja in diesem Jahr einer seiner spontanen Gesprächspartner.

Norbert wird unterstützt vom politischen Journalisten, Autoren und Blogger, Joël Grandke, der selbst aus Otterndorf stammt. Er arbeitet als Teamleiter für Mhoch2 in Hamburg. Mhoch2 produziert unter anderem das Talkformat „Markus Lanz“ für das ZDF und von Gerd Beckmann, der „Stimme des TSV Wanna“.

Musikalisch begleitet werden die Beiden von „DJ Benny“, der sicher auch Dich mit der passenden musikalischen Einspielung im richtigen Moment emotional mitreißt.

Ich möchte in Otterndorf übernachten. Welche Möglichkeiten gibt es?

UNTERKUNFT UND RESERVIERUNGEN

Willkommen im



**Für alle Fragen rund um Ihren Aufenthalt
stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung!**

TOURIST-INFORMATION NORDSEEBAD OTTERNDORF

Wallstraße 12, 21762 Otterndorf
Tel. 04751/91 91 31
E-Mail touristik@otterndorf.de
www.otterndorf.de

Sommercamp Otterndorf

– eine tolle Freizeit-, Unterbringungs- und Sportstätte.
Kurzfristige günstige Unterbringungen im Sommercamp
bei Veranstaltungen sind möglich.
Die Unterbringung erfolgt in Zelten oder in Zimmern, die
aber nur in begrenzter Zahl zur Verfügung stehen.

Infos und Anmeldung:

Tel. 05 11/1684 70 70, Fax 05 11/1684 48 65
E-Mail sommercamp.otterndorf@hannover-stadt.de
www.hannover.de/jfs

#BeActive – was ist das eigentlich?

#BeActive ist der Aufruf „Sei aktiv“ und soll jeden daran erinnern, Sport zu treiben und sich zu bewegen. Die Kampagne wird von allen EU-Mitgliedsstaaten sowie den Partnern der Kampagne im Rahmen der Europäischen Woche des Sports vom 23. bis 30. September 2025 umgesetzt. Die Europäische Woche des Sports will die Menschen in Europa für ein aktiveres Leben begeistern. Der Deutsche Turner-Bund koordiniert die Europäische Woche des Sports in Deutschland und ruft alle Vereine auf in der Woche vom 23. – 30. September ihre Türen zu öffnen. Der Küstenmarathon ist in diesem Jahr ein Teil der Kampagne und eröffnet die Europäische Woche des Sports in Norddeutschland. Mit seinem Motto zum Weltkindertag und seinen Motiven ist er ein besonderer Partner dieser Kampagne.

ORGANISATION

Organisationskomitee Küstenmarathon

Marktstraße 21, 21762 Otterndorf

Telefon 04751 919-00

Telefax 04751 919-103

E-Mail: info@kuestenmarathon.de

VERANSTALTER

Stadt Otterndorf

Rathausplatz 1

21762 Otterndorf

AUSRICHTER

TSV Otterndorf, VfL Wingst, TSV Wanna

VERANSTALTUNG

Veranstaltungsnummer: folgt.

Genehmigter internationaler Straßenlauf, Volkslauf, DLV-vermessene Strecken

Solltest Du noch weitere Fragen haben, melde Dich gerne bei uns unter info@kuestenmarathon.de.