



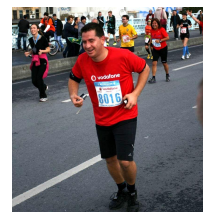
Marathon & 15 Km & 10 km am 13.11.2016

Istanbul

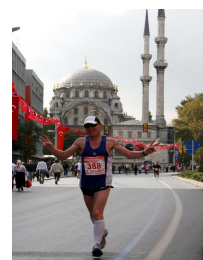
Erlebt den einzigen Marathonlauf der Welt auf zwei Kontinenten, über die Bosphorusbrücke von Asien nach Europa. Vorbei an beeindruckenden Moscheen, durch die Altstadt Istanbul und entlang der alten Stadtmauer. Istanbul, das alte Konstantinopel, erstreckt sich sowohl auf der europäischen als auch auf der asiatischen Seite des Bosphorus und gilt aufgrund seiner dreitausendjährigen Geschichte als eine der ältesten noch bestehenden Städte der Welt. Wir reisen schon seit einigen Jahren mit einer Gruppe zum Marathon nach Istanbul und Eure Reiseleiter kennen sich daher bestens in der Stadt aus. Entdeckt zusammen mit ihnen die Kulturhauptstadt Europas 2010, und einige Highlights, die Ihr so nicht in jedem Reiseführer findet.

Lauf-Abenteuer Reiseleitung: Auf unserer Reise nach Istanbul bekommt Ihr eine ganz besondere Betreuung, denn wir sind mit 2 Reiseleitern für Euch da. Istanbul ist mit 16 Millionen Einwohnern eine wirkliche Großstadt und wirkt auf Erstbesucher erst einmal unübersichtlich und chaotisch. Es gibt so viel zu entdecken und ganz besonders Orte und Plätze die Ihr nicht im Reiseführer findet, dass wir Euch diese wunderschöne Stadt nur so intensiv zeigen können. Ab der Ankunft am Atatürk Airport werdet Ihr von uns betreut und braucht Euch so um nichts mehr kümmern. Ganz gleich, ob Ihr auf den riesigen „Grand Basar“, den „Gewürz Markt“ oder einfach nur typisch türkisch Essen gehen möchtet, wir begleiten Euch gern und haben noch viele weitere Tipps für Euch parat.

Reiseleiter Kenan Ilgin: Kenan begleitet seit 2010 als Reiseleiter unsere Reise nach Istanbul. Er ist in Istanbul aufgewachsen und lebt heute in einem kleinen Ort an der Loreley. Kenan empfängt Euch am Flughafen Atatürk und bringt Euch zum Airport Bus. Er fährt mit den Läufern/-innen an den Start auf die asiatische Seite und läuft auch selber die 15 km mit. Mit Freude begleitet er jedes Jahr unsere Reisegäste auf den großen Basar und hilft beim feilschen um den richtigen Preis. Hier erlebt Ihr die türkische Mentalität hautnah.



Reiseleiter Andreas Kämper: Andreas war 2007 erstmals beim Istanbul Marathon und hat ihn für uns getestet. Am Marathontag betreut er die Begleitpersonen (Fans) und geht mit Euch auf die Strecke und später ins Ziel. Am Ankunftstag erwartet Andreas Euch am Taksim Platz, der Endstation des Flughafenbusses und bringt Euch dann zum Hotel. Auch Andreas kennt sich bestens in Istanbul aus und hat so manchen Geheimtipp und Überraschung für Euch parat.



Reisetermin: 11.11. - 15.11.2016

Freitag 11.11.2016

Individuelle Anreise nach Istanbul und Transfer vom Flughafen in unser 4**** Hotel Larespark. Gerne sind wir Euch bei der Buchung Eurer Flüge behilflich. Euer Reiseleiter empfängt Euch am Flughafen Istanbul und dann geht es mit dem Shuttlebus in unser Hotel. Nach dem Einchecken und dem Bezug der Zimmer treffen wir uns in der Bar zu einem Begrüßungsdrink und Ihr bekommt alle wichtigen Informationen über den Ablauf der nächsten Tage. Anschließend brechen wir zu einem gemeinsamen Spaziergang durch Istanbuls berühmteste Fußgängerzone, der "Istiklal Caddesi" auf und bekommen so die ersten Eindrücke dieser pulsierenden Weltmetropole.

Samstag 12.11.2016

Heute unternehmen wir eine Stadtrundfahrt. Gemeinsam mit unserem deutsch sprechenden Guide geht es zu den vielen Sehenswürdigkeiten der Stadt und Ihr werdet begeistert sein, wie sich Geschichte und Moderne in Istanbul vermischen. Wir fahren immer wieder auf Streckenabschnitten des Marathonkurses, so dass Ihr einen ersten Eindruck von der tollen Strecke bekommt. Während unserer Stadtrundfahrt besuchen wir auch die Marathonmesse, und holen gemeinsam unsere Startunterlagen ab.

Wichtig: Bitte nehmt Euren Ausweis mit, den benötigt Ihr bei der Startnummernausgabe. Enden wird die Rundfahrt mit einer Besichtigung der Hagia Sofia. Danach schauen wir uns den Zielbereich rund um das Hippodrom an und besprechen die Möglichkeiten wie jeder am nächsten Tag nach dem Lauf wieder zurück ins Hotel kommt. Der Rest des Tages steht zur freien Verfügung.

Sonntag 13.11.2016 Marthontag



Nach unserem Frühstück geht es in einem kurzen Spaziergang zum Taksim Platz, von wo die offiziellen Marathonbusse zum Start über die Bosphorusbrücke auf die asiatische Seite von Istanbul fahren. Start ist um 9:00 Uhr. Genießt diesen außergewöhnlichen Marathon, denn nirgendwo sonst auf der Welt könnt Ihr einen Marathon auf zwei Kontinenten laufen. Es ist schon etwas ganz Besonderes, wenn wir über die 8-spurige Bosphorusbrücke laufen und so Asien verlassen und nach Europa einlaufen.

Nun laufen wir in einer kurzen Schleife zurück ans Ufer des Bosphorus und dann vorbei am Besiktas Istanbul Fußballstadion und dem mächtigen Dolmabahçe Palast.

Kurz darauf geht es über das Goldene Horn, und dann auf einer Wendepunktstrecke immer am Ufer entlang. Danach führt die Strecke durch das noch gut erhaltene Viadukt in Richtung Flughafen aus der Stadt hinaus. Auf dem Rückweg entlang der alten Stadtmauer, kommen wir am Fischmarkt vorbei und laufen dann durch eine Parkanlage in Richtung Hagia Sofia und Blaue Moschee, wo sich auf dem Hippodrom das Ziel befindet.

Nach dem Lauf geht es mit einem schönen Lockerungsspaziergang zurück zum Hotel. Alle die ganz müde Beine haben können natürlich auch ein Taxi nehmen oder mit der Straßenbahn (ab ca. 15 Uhr) fahren. Überall in der Stadt begegnen uns Kinder und Erwachsene mit Medaillen, die alle am 8 km Friedenslauf teilgenommen haben (mehrere 1000 Teilnehmer). Der Rest des Tages steht zur freien Verfügung.

Montag 14.11.2016



Nach dem Frühstück geht es zu den wichtigsten Sehenswürdigkeiten von Istanbul. Mit unserem deutschsprachigen Guide besichtigen wir die Blaue Moschee, die Schatzkammer des Topkapi Palastes und die unterirdischen Wasserzisternen von Istanbul, ein ganz besonderes Highlight. Der Rest des Tages steht zur freien Verfügung. Bummelt doch noch etwas über den großen Basar oder über den mit seinen exotischen Gerüchen berausenden Gewürzmarkt.

Dienstag 15.11.2016

Heute geht unsere Istanbul Reise leider schon zu Ende. Wer möchte kann seinen Aufenthalt natürlich gerne verlängern. Transfer vom Hotel zum Flughafen und Rückflug nach Deutschland. Wir wünschen Euch eine angenehme Heimreise.

Reisepreis pro Person:

Im Doppelzimmer: 635,00 €
Im Einzelzimmer: 795,00 €

Verlängerungsnächte mit Frühstück:

Im Doppelzimmer 55,00 €
Im Einzelzimmer 95,00 €

Mindestteilnehmerzahl: 10 Personen

Im Reisepreis enthaltene Leistungen:

- 4 Übernachtungen mit Frühstück im Doppel- oder Einzelzimmer.
- 1/2 Doppelzimmer nach Verfügbarkeit. Sollten wir keinen Doppelzimmer Partner/-in für Euch finden, buchen wir gegen Aufpreis ein Einzelzimmer.
- Transfer: Flughafen/Hotel/Flughafen mit dem Flughafenshuttlebus
- Bei Anreise am 11.11.2016 Empfang am Flughafen durch unsere Reiseleitung.
- Istanbul Rundfahrt im gruppeneigenem Bus mit deutsch sprechenden Guide am Samstag 12.11.2016
- Gemeinsamer Besuch der Marathonmesse und Abholung der Startunterlagen am Samstag 12.11.2016
- Besichtigung der Hagia Sofia, inklusive Eintritt am Samstag 12.11.2016.
- Betreuung am Marathontag. Mindestens ein Reiseleiter begleitet euch mit den Bussen zum Start.
- Besichtigungstour mit deutsch sprechenden Guide: Blaue Moschee, Schatzkammer Topkapi Palast und Unterwasserzisterne am Montag 14.11.2016 inklusive aller Eintritte.
- Erfahrene Reiseleitung durch uns ab Ankunft in Istanbul bei Erreichen der Mindestteilnehmerzahl.
- Anmeldung zum Lauf durch unser Büro.

Im Reisepreis nicht enthaltene Leistungen:

- Anreise: Gerne sind wir bei der Vermittlung der Flüge behilflich!
- Startgebühren: Marathon, 15 km-Lauf und 10 km-Lauf
ab 01.01. = 30,- €, ab 01.08 = 45,- €, ab 01.09. = 60,- €
- **Die offizielle Registrierung schließt am 30. September 2016, danach nur noch auf Anfrage.**

Unser Hotel Larespark Taksim 4****



Das luxuriöse Hotel Larespark liegt in Beyoglu - einem Stadtteil, der als das Herz des modernen Istanbul gilt - mit seinen vielen Freizeit- und Einkaufsmöglichkeiten. Wir wohnen unweit zahlreicher bekannter Orte und Sehenswürdigkeiten wie dem Taksim-Platz, dem Atatürk Kulturzentrum und der bedeutenden Einkaufsstraße Istiklal Caddesi. So erleben wir einen angenehmen Urlaub in einem der schönsten Viertel Istanbul. Die 164 komfortablen Zimmer sind mit Telefon, TV, Minibar, Safe, Klimaanlage, Bademantel, Slippers und Fön ausgestattet. Es gibt einen Spa Bereich mit Pool, Fitnessraum und Hamam. Kostenloses W-LAN.

Informationen zum Lauf:

Die Busse zum Start fahren in unmittelbarer Nähe unseres Hotels ab, so das wir morgens in ein paar Minuten zu Fuß da sind. Abfahrt zwischen 7:00 und 7:30 Uhr.

Start aller Läufe ist zeitgleich um 9:00 Uhr. Am Start können wir Kleiderbeutel abgeben, die dann im Ziel wieder für uns bereit stehen. Die Beutel dafür gibt es mit den Startunterlagen.

Das Marathonziel ist auf dem Hippodrom an der Hagia Sofia.

Das Ziel für den 15 km-Lauf und 10 km-Lauf ist direkt am Goldenen Horn.

Die Entfernung zwischen den beiden Zielarealen ist ungefähr 20 Minuten zu Fuß.

Die Strecke ist nicht ganz flach, aber auch nicht zu schwer.



Lauf-Abenteurer®

Inh. Ina Siegel
50676 Köln

Tel. 0221 16823342
www.lauf-abenteurer.de

E-Mail: info@lauf-abenteurer.de