LISSABON MARATHON

4 Tage Portugals glanzvolle Hauptstadt entdecken – mit interessanten Verlängerungsoptionen nach Sintra, Cabo da Roca und Fátima

42 KM / 21 KM / 8,5 KM

- *Marathon, Halbmarathon und Mini-Marathon (8,5 km), flache und schnelle Strecke*
- *HM-Start auf Vasco da Gama Brücke (längste Brücke Europas - 16 km)*
- *Mit uns auf Entdeckungstour in den Kultur- und Szene-Vierteln Lissabons*
- *Ausgewählte Ausflüge in die nähere Umgebung Lissabons (optional)*

Lissabon gehört zu den schönsten Städten Europas, eingebettet von 7 Hügeln an der Flussmündung des Tejo am Atlantik. Hier erlebt man mediterranes Flair mit imposanten und beeindruckenden Brücken-Konstruktionen (Ponte 25 de Abril und Vasco da Gama), ein Nebeneinander verwinkelter Gassen, lauschiger Plätze und ins Auge fallender Architektur, vielfach mit Arabischer Prägung. Lassen sie sich dieses Lauf-Spektakel nicht entgehen, zudem nahezu fast immer bei angenehmen Wetterbedingungen.

Fakten zum Event

Lauftag
06.10.2024

Startzeit
M: 08.00 Uhr
HM : 10.30 Uhr
8,5 km: 10.30 Uhr

Start
M: Cascais
HM und 8,5 km-Lauf: Brücke Vasco da Gama

Ziel
M + HM: Praça do Comercio (Handelsplatz)
8,5 km-Lauf: Parque das Nações

Zeitlimit
M: 6,5 Stunden
HM: 3 Stunden

Temperatur
12 -20 °C

Transfers

Lissabon-Marathon - mit Halbmarathon und Mini-Marathon über 8,5 km

Am 08. Oktober 2023 veranstaltet Lissabon bereits zum 35. Mal den Maratona de Lisboa." Auch wenn Lissabon als die Stadt der 7 Hügel bekannt ist, so ist die Laufstrecke flach und gilt als eine der schnellsten der Welt. Der Marathon-Start ist im Badeort Cascais und die Laufstrecke führt entlang der Mündung Flusses Tejo bis in den Süden von Lissabon mit dem Ziel auf dem Handelsplatz Praça do Comércio. Start für den Halbmarathon ist 1,5 km auf der Brücke Vasco da Gama, mit über 17 km Gesamtlänge eine der längsten Brücken überhaupt. Das Ziel für Halbmarathon ist ebenfalls der Praça do Comércio. Das Ziel für den Mini-Marathon ist inmitten des Expo-Geländes, auf der Alameda dos Oceanos.

Laufreise mit attraktivem Programm und Frühstückslauf

Unsere beiden Hotels an der Stierkampfarena Campo Pequeno garantieren kurze Wege zum Flughafen und Anschluss an U-Bahn und S-Bahn-Station. Wie funktioniert der Nahverkehr - U-Bahn, Busse? Mit Hilfe unsere Reiseleitung vor Ort finden Sie sich schnell zurecht! Unser Frühstückslauf führt Sie zum park Marquês de Pombal mit imposanten Panoramblick auf Lissabon. Wir zeigen Ihnen mit unseren inkludierten Essen (Begrüßungs- uns Abendessen), die besonderen Restaurants von Lissabon. Auch der bekannte Musiker-Treff "Cafe de la Musique" ist in der Nähe und bietet jeden Abend ein Musikprogramm mit lokalen und international bekannten Künstlern.

Verlängerungstage und Ausflüge optional buchbar

Gerne können Sie Verlängerungstage in Lissabon, in der nähren Umgebung mit dem Badeort Cascais, dem Küstenstädtchen Nazaré (bekannt für seine Steilküste mit optimalen Surfbedingungen) oder an der Algarve buchen. Wir halten zahlreiche Tipps für Sie bereit, die ihren Aufenthalt abrunden und zu einem bleibenden Erlebnis werden lassen. U.a. arrangieren wir optional einen mehrstündige Segeltour mit Skipper Pedro, am besten zum Sonnenuntergang.

Reiseverlauf

1. Tag: Anreise nach Lissabon, Übergabe der Startunterlagen und am Abend Begrüßungsessen

Ankunft in Lissabon am Nachmittag. Transfer mit Bus oder Taxi (ca. 15 Minuten) zu unseren Hotels im Zentrum von Lissabon unweit des Lissaboner Flughafens. Je nach Ankunftszeit haben Sie noch etwas Zeit

Von uns organisiert

Startgebühr

M: € 80,-
HM: € 60,-
8,5 km: € 40,- *)

Anforderung

- Die Teilnahme am Marathonlauf erfordert einen guten Fitness- und Trainingszustand. Zeitlimit ist für den Marathon 6,5 Stunden und für den Halbmarathon 3 Stunden

Teilnehmerzahl

- min. 8 bis max. 30

Leistungen

- Alle Transfers lt. Programm
- 3 Übernachtungen in DZ mit DU/WC im 3-Sterne-Hotel bzw. 5-Sterne-Hotel
- 3x Frühstück; 2x Abendessen (inkl. Begrüßungs- und Tourabschlussessen)
- Citytax/Ökosteuer für Hotel-Übernachtung
- Lissabon Stadtrundfahrt (deutschsprachig) und Stadterkundung mit kurzem Spaziergang in der Altstadt (Alfama) und Besuch der Marathon-Expo, Mindestteilenhmer:12, wenn weniger, dann Kleingruppenzuschlag
- Komplette Laufregistrierung durch schulz sportreisen
- Am Anreisetag: Übergabe der Startunterlagen im Hotel
- Am Lauftag: Transfer der Marathonis mit eigenem Bus zum Startort nach Cascais. Die Teilnehmer am Halbmarathon und 8,5 km, mit öffentlichen Verkehrsmitteln (Metro/Bus) und in Begleitung unserer Reiseleitung um Startort auf der Brücke Vasco da Gama

für einen Spaziergang in der portugiesischen Metropole. Im Hotel erhalten Sie bereits Ihre Startunterlagen. Gemeinsames portugiesisches Begrüßungsessen an den Docas de Santo Amaro im schönen Hafenviertel Alcantara und Einstimmung auf die bevorstehenden Tage.

Begrüßungsessen

1. Tag: Mahlzeiten: Abendessen. Übernachtung im Hotel im Einzel- oder Doppelzimmer mit privatem Bad.

2. Tag: Morgenlauf, Sightseeing Lissabon, mit Christusstatue und Panoramablick über Lissabon

Nach dem Frühstück (Morgenläufern bieten wir einen halbstündigen Morgenlauf zum Park Eduardo VII) starten wir gemeinsam zu einer vielfältigen Stadterkundung per Bus und natürlich auch zu Fuß. Dabei kommen u.a. das Viertel Belem mit dem beeindruckenden Hierónimos Kloster, die historische Altstadt "Alfama" und der historische Markt "Mercado da Ribeira" nicht zu kurz. Auch wesentliche Abschnitte der Marathonstrecke werden wir Ihnen zeigen. Gelegenheiten lokale Spezialitäten zu probieren, wird es zahlreich geben. Der Genuss kommt in jederlei Hinsicht also nicht zu kurz.

2. Tag: Mahlzeiten: Frühstück. Übernachtung im Hotel im Einzel- oder Doppelzimmer mit privatem Bad.

3. Tag: Der Lauftag auf den 3 Strecken - Marathon, Halbmarathon und 10 km-Lauf, am Abend Tourabschlussessen

Für die Marathonläufer heißt es heute zeitiges Aufbrechen nach Cascais, dem Startpunkt für den Marathon um 08.00 Uhr. Wir haben einen Transfer nach Cascais, Abfahrt Hotel 06.00 Uhr organisiert. Fahrt ca. 30 Minuten zum Startort. Die Halbmarathonteilnehmer und Teilnehmer am Mini-Marathon fahren vom Hotel mit der Metro erst gegen 08.30 Uhr zum Parque das Nações und dann mit Shuttle-Bussen zum Start an der Vasco da Gama-Brücke (10.30 Uhr). Am Abend feiern wir die einzelnen individuellen Streckenrekorde in einem Fado-Restaurant in der Altstadt "Barra Alto". Bei Wein, typischen Speisen und Musik können Sie den Tag in portugiesischer Tradition ausklingen lassen.

Marathon hügeliges Streckenprofil +/- 370 m; Tourabschlussessen

3. Tag: Mahlzeiten: Frühstück, Abendessen. Übernachtung im Hotel im Einzel- oder Doppelzimmer mit privatem Bad.

4. Tag: Abreise von Lissabon oder Verlängerung (Verlängerungstage

- Reiseleitung durch schulz sportreisen

Zusätzlich buchbare Leistungen

- Flug nach/von Lissabon, inkl. Tax bei uns buchbar.
- Einzelzimmerzuschlag:
  3-Sterne-Hotel: € 120,- (bei 3 Ü.)
  5-Sterne-Hotel: € 150,- (bei 3 Ü)
- Verlängerungstage buchbar (pro Tag):
  Hotel VIP Berna (***):
  € 50,- p.P. im DZ inkl. Frühstück
  € 90,- p.P. im EZ inkl. Frühstück
  VIP Grand Hotel (*****):
  € 65,- p.P. im DZ inkl. Frühstück
  € 115,- p.P. im EZ inkl. Frühstück
- Tagesausflug nach Sintra und Cabo da Roca, mit Mittagessen, ggf. auch mit Deutsch sprechender Reiseleitung: € 100,-/Person
- Tagesausflug nach Fátima, Óbidos und Nazaré mit Mittagessen, ggf.auch mit Deutsch sprechender Reiseleitung:
  € 100,-/Person

Zusatzausgaben

- Startgebühren (siehe Fakten zum Lauf)
- Nicht genannte Mahlzeiten und Getränke

Hinweise

Die Marathonstrecke verläuft am Atlantik und nach Lissabon entlang der Mündung des Tejo. Durch ein ständiges Auf und Ab ist er nicht einfach zu laufen. Der hügelige Streckenverlauf weist somit einige Höhenmeter auf (+/- 370 Hm).

Veranstalter:

Kooperationspartner

Letzte Aktualisierung:

buchbar)

Nach dem Frühstück check-out im Hotel und eigener Transfer zum internationalen Flughafen. Wer die Verlängerung bucht, hat mehrere Möglichkeiten, denn die Umgebung von Lissabon hat viel zu bieten. Fahrt zum Badeort Cascais. Mit der S-Bahn vom Bahnhof Cais do Sodre sind es nur 40 Minuten! Wir empfehlen für eine Verlängerung auch eine Nachmittagstour zum Königschloss nach Sintra und anschließend zum westlichsten Punkt Europas, nach Cabo da Roca (optional). Wir beraten Sie auch zu weiteren Sehenswürdigkeiten, wie Tagesausflug nach Fátima, Óbidos und Nazaré sowie eine Bootstour mit Segeljacht zum Sonnenuntergang mit Skipper Pedro.

4. Tag: Mahlzeiten: Frühstück.

Reiseleiter

Michael Hild

Knapp 10 Jahre lebte er mit seiner Familie in der Nähe von Kapstadt und war dort als selbstständiger Tour Operator und Reiseleiter in vielen afrikanischen Ländern tätig. Nun betreut Michael als Produktmanager Südafrika, Namibia und Kanada und unterstützt das Sport Team mit Stefan, Tino und Eckard beim Medoc und Lissabon Marathon.

Termine und Preise (Stand der Terminliste: 20.11.2023)

Teilnehmerzahl: min. 8 bis max. 30

Termine 2024

04.10.24 — 07.10.24 ab € 590,-
Preis pro Person im Doppelzimmer. Übernachtung Hotel VIP Berna (3-Sterne)

04.10.24 — 07.10.24 ab € 670,-
Preis pro Person im Doppelzimer. Übernachtung VIP Grand Hotel Lissabon (5-Sterne)

Legende:

Verlängerungstage nach Wunsch buchbar!

Buchbar, mehrere Plätze frei

Buchbar, mehrere Plätze frei, Durchführung gesichert

Buchbar, wenige Plätze frei, Durchführung gesichert, Mindestteilnehmerzahl erreicht