



Ultra & Marathon & Halbm. am 01.09.2012

Dingle Irland

Irland - die grüne Insel - begeistert seine Besucher mit Mystik, verzauberten Landschaften und seinen gastfreundlichen Bewohnern mit ihrer starken Bindung zur Musik. Den Tag bei einer faszinierenden Wanderung an der frischen Luft verbringen und abends im Pub mit Live Musik ein Guinness genießen, das ist Irland wie die Iren es leben und wir es entdecken und lieben werden!

Für Naturliebhaber ist Kerry ein Traumziel, das uns mit herrlichen Landschaften, liebenswürdigen Bewohnern, reizenden kleinen Dörfern und ausgezeichneten Restaurants erwartet.

Kerrys imposante Küste besteht aus mehreren Halbinseln mit weiten Buchten dazwischen. So mischen sich zerklüftete Berge, die in den wilden Ozean stürzen und das einsame, unberührte Hinterland auf besondere Weise.

Unsere Reise führt uns von Dublin nach Tralee und weiter bis Killarney, einer lebhaften Kleinstadt mit vielen Pubs, viele davon mit Live-Musik, jeder Menge Restaurants und Geschäften. Südlich und westlich der Stadt befindet sich der weltberühmte Killarney National Park und die Lakes of Killarney, die wir bei unseren Wanderungen entdecken werden.

Wir starten unsere Irland Reise in der Hauptstadt Dublin, wo wir 2 Nächte bleiben. Eine Stadtführung sowie der Besuch des Guinness Storehouse stehen auf unserem Programm. Dann brechen wir auf in das wunderschöne Kerry, das wir in den nächsten 5 Tagen, laufend und wandernd kennen lernen.

Der Dingle Ultramarathon (80 km), Marathon und Halbmarathon:

2009 war die Premiere des Dingle Marathon und Halbmarathon und er war gleich im ersten Jahr ausverkauft. Wir haben für alle drei Distanzen ein eigenes Startplatzpaket und können euch so die Startnummer garantieren.

Die Strecke ist durch einige Höhenmeter sicher nicht ganz einfach, aber sie bietet spektakuläre Aussichten auf die Küste der Dingle Halbinsel und das landschaftlich reizvolle Hinterland. Deshalb gehört der Dingle Marathon zu den beeindruckendsten Läufen in Irland und es wird auch für 2011 wieder die maximale Starterzahl von 4.000 Läufer/-innen aus der ganzen Welt erwartet. **Walker/-innen sind beim Marathon & Halbmarathon herzlich willkommen!**

Dingle ist die nördlichste Halbinsel des County Kerry, recht bergig und mit vor- und frühgeschichtlichen Denkmälern reich bestückt. Auf Dingle gibt es bis heute noch viel Ruhe, und es scheint, als ob die Uhren hier langsamer gehen.

Reisetermin: 28.08. - 04.09.2012

Reiseverlauf:

Dienstag, 28.08.2012

Individuelle Anreise nach Dublin. Sehr günstige und gute Verbindungen bieten Germanwings und Air Lingus ab vielen deutschen Flughäfen. Gerne machen wir Euch ein Angebot für den Flug. Nennt uns dafür bitte Euren Abflughafen. Am Dubliner Flughafen angekommen geht es mit dem Flughafenbus oder Taxi in die Innenstadt in unser Hotel "Best Western Academy Plaza". Je nach Ankunftszeit aller Reisetilnehmer besichtigen wir heute noch das Guinness Storehouse, oder der restliche Tag steht für einen ersten Orientierungsspaziergang zur freien Verfügung. Abendessen und Übernachtung im Academy Plaza Hotel.

Mittwoch, 29.08.2012

Nach einem ausgiebigen Frühstück wartet Dublin auf uns. Falls wir wegen der eventuell späten Ankunft einiger Gäste, das Guinness Storehouse gestern nicht mehr besucht haben, stehen für heute zwei Programmpunkte an. Während unserer interessanten Stadtführung entlang der schicken Dubliner Shops und der coolen Pubs erfahren wir viel über die Dubliner Geschichte und bekommen viele Geschichten aus vergangenen Tagen erzählt. Enden wird unsere Stadtführung im Guinness Storehouse, ein absolutes Muss für jeden Besucher der Stadt.



Das Guinness Storehouse im Herzen der St James's Gate Brauerei ist Irlands führende internationale Besucherattraktion. Der Rest des Tages steht zur freien Verfügung. Abendessen und Übernachtung im Academy Plaza Hotel.

Donnerstag, 30.08.2012

Nach dem Frühstück checken wir in unserem Hotel aus und dann geht es in einer gut 5-stündigen Fahrt mit unserem Bus an die Südwest Küste, nach Tralee. Hier wohnen wir über das Marathon Wochenende im Brandon Hotel. Die gut 20.000 Einwohner zählende Stadt Tralee (irisch: *Trá Lí*) ist die Hauptstadt des Countys Kerry im Südwesten der Republik Irland. Von hier aus gelangt man zur Dingle-Halbinsel und zum Ring of Kerry mit dem Killarney-Nationalpark. Berühmt ist die Stadt für das das Festival "Rose of Tralee" und die etwa achtzig Pubs. Ein weiteres Highlight ist das Kerry County Museum in der Ashe Memorial Hall sowie das nationale Folkloretheater Siamsa-Tíre. Abendessen und Übernachtung im Brandon Hotel.

Freitag, 31.08.2012

Nach dem Frühstück brechen wir zu einer kleinen Wanderung auf dem Dingle Weg auf. Natürlich machen wir heute nichts anstrengendes mehr, aber ein bisschen Bewegung tut unseren Beinen nach der gestrigen langen Busfahrt sicher gut. Der Rest des Tages steht zur freien Verfügung, damit sich jeder in Ruhe auf den morgigen Lauf vorbereiten kann. Unsere Startunterlagen müssen wir nicht selber abholen, die werden vom Veranstalter in unser Hotel geschickt. Abendessen und Übernachtung im Brandon Hotel.

Samstag, 01.09.2012 Dingle Ultra Marathon, Marathon & Halbmarathon

Mit unserem Bus geht es nach einem frühen Frühstück nach Dingle. Fahrzeit ca. 45 Minuten. In Dingle ist der Start für die Marathon- und Halbmarathonläufer um 09:00 Uhr. Sollten wir Ultra-Läufer/-innen in unser Gruppe haben, werden wir einen extra Transfer organisieren, denn die Ultras starten schon um 07:00 Uhr in Glentenassig Woods und kommen erst bei Kilometer 40 auf die Marathonstrecke. Nach dem Start bringt unser Bus die Nichtläufer/-innen nach Dunquin, wo das Ziel für die Halbmarathonis ist. Hier können wir die Marathonläufer/-innen noch einmal kräftig für die zweite Hälfte anfeuern. Danach geht es zurück nach Dingle um Euch im Ziel zu begrüßen. Nach dem Lauf fahren wir gemeinsam zurück in unser Hotel in Tralee und der Rest des Tages steht zur freien Verfügung. Entspannen wir im Wellness-Bereich unseres Hotels, oder bei einem leckeren Guinness oder Irish Coffee in der Bar. Abendessen und Übernachtung im Brandon Hotel.

Sonntag, 02.09.2012

Nach dem Frühstück checken wir im Hotel aus und machen uns auf den Weg nach Killarney. Es ist eine kurze Fahrt denn die Entfernung beträgt nur knapp 30 Kilometer Killarney (ca. 13.000 Einwohner) gehört zu den Städten an der Südwest Küste Irlands, die man einfach besuchen muss. Eine lebendige Stadt mit Pferdekutschen und unzähligen Pubs, aber auch wunderschöne Natur erwartet uns. Nach dem Bezug unserer Zimmer im Best Western Eviston House Hotel, brechen wir gleich wieder auf, zu unserer Wanderung durch das Gap of Dunloe.

Das Gap ist eine atemberaubende Schlucht zwischen den Purple Mountains. Sie wurde vor zwei Millionen Jahren durch Gletscherbewegungen erschaffen und ist ein Juwel inmitten des höchsten Gebirgszuges von Irland. Für eine Rast kehren wir im Brandons Cottage ein, bevor es mit dem Panoramaboot über den Muckross Lake zurück nach Killarney geht. Vielleicht haben wir ja Glück und sehen einen der hier wieder beheimateten Seeadler bei der Fischjagd. Abendessen und Übernachtung im Eviston House Hotel.

Montag, 03.09.2012

Nach dem Frühstück brechen wir zu unserer großen Rundwanderung auf dem Kerry Way auf. Der Kerry Way verläuft durch den Killarney National Park. Der rund 10.000 ha große Park, wurde 1981 von der UNESCO zum Biosphären-Reservat ernannt. Rund ein Drittel der Fläche des Parks wird von den drei Seen Lough Leane, Muckross Lake und Upper Lake eingenommen. Aufgrund des wegen der Nähe zum Golfstrom milden und auch



feuchten Klimas wächst hier eine Vielzahl exotischer und subtropischer Pflanzen. Es gibt alte Eichenwälder, Eiben, Erlen ebenso, wie riesige Rhododendron, Moose, Farne und vieles mehr. Es geht durch den zauberhaften Reenadinna Wood, dem einzigen echten Eibenwald Irlands, in dem die uralten Bäume noch dicht an dicht stehen. Weiter geht's, vorbei am Doo Lough Paß und dem Muckross Lake auf die Muckross Halbinsel. Über einen Damm kommen wir dann nach Dinish Island, wo das aus dem Jahre 1833 stammende Dinish Cottage, umgeben von Palmen, Drachensäulen, Kamelien und anderen fremdländischen Gehölzen, liegt. Danach verläuft unser Wanderpfad allmählich ansteigend, mit wunderschönem Blick auf die Torc Mountains (gälisch Torc – Wildschwein) und die Seen von Killarney. Über den Owengarriff River geht es weiter zur Aussichtsplattform am Torc Wasserfall.

Auf unserem Rückweg folgen wir dem Friars Walk (Weg der Ordensbrüder) hinab zur Muckross Friary Klosterruine.

Die Klosterruine gehört zu den besterhaltenen Anlagen Irlands. Als Franziskanerkonvent 1448 gegründet, wurden die Mönche gut 200 Jahre später von den Anhängern Cromwells vertrieben. Der Turm wurde später hinzugefügt und ist der einzige franziskanische Turm in Irland, der ebenso breit ist wie die Kirche selber. Der Kreuzgang und die an ihn angrenzenden Gebäude sind vollständig erhalten, und in seiner Mitte steht eine alte Eibe. 18 km; ca. 6,5 h; max. Höhe 370 m, Gesamthöhen 680 m
Abendessen und Übernachtung im Eviston House Hotel.



Dienstag, 04.09.2012

Heute heißt es Abschied nehmen von der grünen Insel. Abhängig von den Rückflugzeiten brechen wir von Killarney zum Dubliner Flughafen auf. Die Fahrzeit beträgt ca. 3,5 Stunden. Wer erst einen Rückflug später am Tag hat, kann die Zeit natürlich noch wunderbar für einen kleinen Stadtbummel in Dublin nutzen.

Im Reisepreis enthaltene Leistungen:

- Stadtführung Dublin
- Besuch des Guinness Storehouse inklusive Eintritt
- 7 x Übernachtungen im Doppelzimmer in den aufgeführten Hotels
- ½ Doppelzimmer nach Verfügbarkeit, andernfalls buchen wir gegen Aufpreis ein Einzelzimmer für Sie.
- 7 x Frühstück und Abendessen (Halbpension)
- alle geführten Wanderungen wie im Reiseverlauf beschrieben
- alle Transfers wie im Reiseverlauf beschrieben
- Bootsfahrt über den Muckross Lake
- Garantierte Startnummer und Anmeldung zum Lauf
- Alle im Reiseverlauf beschriebenen Transfers am Marathontag
- Qualifizierte deutschsprachige Reiseleitung durch unsere Partneragentur in Irland ab Ankunft am Flughafen Dublin.

Im Reisepreis nicht enthaltene Leistungen:

- Anreise: Gerne sind wir bei der Vermittlung der Flüge behilflich!
- Sonstige Getränke und Mahlzeiten, die nicht im Reiseverlauf enthalten sind.
- Zusätzlich gewünschte Programmleistungen.
- Startgebühren: Ultra - 70,- €, Marathon - 50,- €, Halbmarathon - 50,- €
- Die Startgebühr ist eine vermittelte Fremdleistung.

Reisepreis pro Person

1.295,00 € im Doppelzimmer

1.515,00 € im Einzelzimmer

Mindestteilnehmerzahl 8 Personen.



Lauf-Abenteuer

Inh. Ina Siegel
Lindenstr. 4
56357 Oberwallmenach

Tel. 06772 - 964846
www.lauf-abenteuer.de
E-Mail: info@lauf-abenteuer.de