

**TOUGH  
MUDDER**



# INFORMATION PACK

IF YOU'RE GOING TO DOUBT SOMETHING,  
**DOUBT YOUR  
LIMITS.**

**BERLIN - BRANDENBURG**

**13. Juli 2024**

Spargelhof Klaistow, Glindower Straße  
28, Beelitz, 14547

# START TIMES



## Samstag, 13. Juli

7:00 Uhr	Registrierung und Village-Eröffnung
8:00 Uhr	10+M (16+KM) Erster Schlammstart
8:15 Uhr	Erste 10+M (16+KM) Welle
9:00 Uhr	Erste 3-5M (5-8KM) Welle
12:45 Uhr	Letzte 10+M (16+KM) Welle
13:45 Uhr	Letzte 3-5M (5-8KM) Welle

## MINI MUDDER

Tough Mudder Kids: Samstag, 13. Juli

11:00 Uhr	Erste Mini Mudder Welle
13:00 Uhr	Letzte Mini Mudder Welle

- Ankunftszeit: Du darfst das Village Gelände nicht mehr als 1 Stunde vor deiner Startzeit betreten. Der Check-in wird am Samstag um 7:00 Uhr geöffnet.
- Innerhalb der zugewiesenen Startzeit von 45 Minuten gibt es vier Wellen, die alle fünfzehn Minuten starten ( z.B. 11:00, 11:15, 11:30 und 11:45). Diese Wellen werden nach dem Prinzip "Wer zuerst kommt, wird zuerst bedient" besetzt. Sobald du also deine Tasche abgelegt hast, kannst du dich für die nächste verfügbare Welle in den Startbereich stellen. Teilnehmer, die gemeinsam starten möchten, sollten sich als Gruppe in der Startzone aufstellen.
- Was du bei deiner Ankunft erwarten kannst: Bring dein Startplatz Ticket und deinen Ausweis mit und begib dich zum Check-In-Zelt. Falls du mit einer kürzlich erkrankten Person in Kontakt warst, lies bitte unsere [Richtlinien zur Virussicherheit](#), um zu erfahren, ob du teilnehmen solltest.
- Am Check-In musst du deinen Ausweis vorzeigen, deinen QR-Code scannen und bekommst dann deine Armbänder.
- Die Startzeiten werden streng eingehalten. Jeder Teilnehmende kann nur an der Startwelle teilnehmen, die er/sie entweder ausgewählt hat oder die ihm/ihr automatisch zugewiesen wurde. Es gibt keine Ausnahmen.

# SEI BEREIT



## WIE MAN HIERHER KOMMT:

Adresse der Veranstaltung: Glindower Straße 28, 14547 Beelitz OT Klaistow, DE

Mit dem Zug: Werder (Havel) ist der am nächsten gelegene Bahnhof. Von dort kannst du den Bus 641 (Beelitz) nehmen und an der Haltestelle Klaistow, Spargelhof aussteigen.

Mit dem Auto: Gut erreichbar über die A115, A10, A2 und A9. Wenn du ein Navigationsgerät benutzt, gib die Postleitzahl 14547 an.

## WAS SOLL ICH MITBRINGEN:

- Personalausweis und dein Registrierungs-QR-Code. Hier kannst du dein Konto erreichen, um dein E-Ticket auszudrucken oder einen Screenshot zu machen.
- Bring frische Ersatzkleidung, Schuhe und ein Handtuch mit. Tough Mudder ist sich des Wasserverbrauchs während der Sommermonate in der Region bewusst und hat daher beschlossen, dieses Jahr keine Spülstation einzurichten. Es wird jedoch Umkleidemöglichkeiten und gut positionierte Wasserhindernisse geben ;).
- Eine Ersatztasche für schlammige Kleidung (und vielleicht für deinen Autositz). Wir haben genug ausgefallene Socken und schlammige Schuhe für ein ganzes Leben. Bitte nehmt eure schlammige Kleidung mit nach Hause.
- Deine Bankkarte - Wir nehmen jetzt kein Bargeld mehr. Egal, ob du die neueste Kleidung kaufst oder dich nach dem Rennen mit Essen versorgst, du solltest deine Bankkarte zur Hand haben.

## WAS SOLL ICH TRAGEN:

- Behalte das Wetter im Auge, sobald die Veranstaltung näher rückt. Nehmt Sonnencreme mit, wenn es warm ist, und zusätzliche Schichten für die Kälte.
- Möglichst keinen Schmuck tragen, auch keine Eheringe. Auch wenn wir das Tragen von Uhren und GoPros erlauben, sei darauf hingewiesen, dass diese auf der Strecke und an den Hindernissen leicht verloren gehen können und auf Risiko des Besitzers getragen werden.
- Versuche, lockere Kleidung zu vermeiden, weil sie sich am Stacheldraht verfangen kann. Enge, feuchtigkeitsableitende Leggings, T-Shirts und Shorts nehmen kein Wasser auf und scheuern nicht so leicht.
- Ein bequemes Paar Laufschuhe ist das beste Schuhwerk, aber sie werden schlammig, also lass dein neues Schuhmodell zu Hause. Spikes, Stollenschuhe und Fußballschuhe sind streng verboten.

**HAST DU DEINE KLEIDUNG VERGESSEN? UNSER OFFIZIELLES MERCHANDISE-ZELT WIRD IM DORFBEREICH GEÖFFNET SEIN.**

# PROFI-TIPPS:

Damit der Check-in so schnell und problemlos wie möglich funktioniert, sollte das Ticket als Screenshot gespeichert und zusammen mit dem Ausweis zum Scannen bereitgestellt werden.

- Nimm frische Kleidung zum Wechseln, ein Handtuch und eine zusätzliche Schicht mit, falls es kalt werden sollte.
- Vergiss nicht, dein Armband nach dem Einchecken gut festzuhalten. Du wirst es während deiner gesamten Zeit auf der Strecke brauchen.
- Auch Erwachsene verirren sich mal. Vereinbart im Voraus einen Treffpunkt mit deinen Teamkollegen für den Fall, dass du getrennt wirst.

## BAG DROP:

- Bag Drop ist im Ticketpreis enthalten und erfordert keine zusätzliche Zahlung.
- Bei der Anmeldung erhältst du ein Doppelarmband, eines für dein Handgelenk und eines für deine Tasche.
- Lass bitte keine wertvollen Gegenstände in deiner Tasche. Tough Mudder ist nicht für verlorene oder gestohlene Gegenstände verantwortlich.

## MUDDER VILLAGE:

- Im Mudder Village findest du alles, was du für deinen Tagesausflug brauchst, darunter Food Trucks, Getränke und Musik.
- Dein kostenloses Finisher-Getränk wird von Jever zur Verfügung gestellt (für alle ab 18 Jahren).
- Wo saubere Ernährung auf schmutzigen Sport trifft, kannst du dich an der Foodspring-Probebar für deine Post-Race-Ernährung und die Reinigungsstation versorgen.
- Beim Tough Mudder Merch Shop findest du Kleidung, Ausstattung und Accessoires von unserem offiziellen Partner für Sport- und Leistungskleidung, Craft.
- Feier deine Siege nach der Veranstaltung mit einem Getränk von der Bar (für Personen ab 18 Jahren).
- Hol dir eine Dose Reign und erfahre mehr über den neuen Reignstorm.







## MINI MUDDER:

- Du wählst deine Startwelle für Mini Mudder, wenn du den Registrierungsprozess durchgehst. Die Wellen laufen am Samstag von 11 Uhr bis 13 Uhr zu jede Stunde.
- Die Strecke ist etwa 550 m lang. Mini Mudder-Teilnehmer laufen 3 Runden auf der Strecke und erreichen so insgesamt 1,6 Kilometer.
- Alle Mini Mudder-Teilnehmer müssen von einem Erwachsenen mit einer gültigen Zuschauer- oder Teilnehmerkarte begleitet werden. Diese können für 15 € **HIER** online gekauft werden.
- Du kannst mit deinem Mini Mudder nicht auf der Strecke laufen, aber du kannst ihn auf der leicht zugänglichen Strecke anfeuern.
- Mini Mudder ist für Kinder im Alter von 5 bis 12 Jahren geeignet, allerdings muss jedes teilnehmende Kind größer als 1,1 Meter sein.
- Wir empfehlen dir, Kleidung zum Wechseln für deinen Mini Mudder mitzubringen, da er schlammig und nass werden wird.



## ZUSCHAUER:

- Du kannst **HIER** Mudder Village Pässe für Zuschauer zum günstigsten Preis von €15 kaufen.
- Tickets für Zuschauer können auch vor Ort gekauft werden. Bitte beachtet, dass es beim Kauf von Tickets vor Ort zu Wartezeiten kommen kann. Um diese zu vermeiden, empfehlen wir daher den Kauf der Tickets, bevor du vor Ort ankommst.
- Zuschauer checken am Veranstaltungstag auf die gleiche Weise ein wie die Teilnehmer. Halte bitte dein Ticket und deinen Personalausweis mit Bild bereit, damit du ihn bei deiner Ankunft am Veranstaltungsort vorzeigen kannst.
- HINWEIS: Wir empfehlen einen Screenshot des QR-Codes zu machen, damit du ihn beim Einchecken an der Registrierung schnell finden kannst.



## FLÜSSIGKEIT & ERNÄHRUNG:

- Eine ausreichende Flüssigkeitsversorgung ist unglaublich wichtig. Du solltest vor, während und nach der Veranstaltung viel Wasser trinken.
- Bei der Veranstaltung werden Wasser und ein Snack auf der Strecke bereitgestellt. Es gibt eine Wasserstation auf der 5-8 KM Strecke und 3 Wasser-/Verpflegungsstationen auf der Tough Mudder 15+ KM Strecke.
- Wenn du Allergien oder Unverträglichkeiten gegen Lebensmittel hast, ist es wichtig, dass du vor dem Genuss der angebotenen Snacks die Etiketten der Lebensmittel überprüfst, da sie Allergene enthalten können.

## STRECKE HIGHLIGHTS:

- Besonderheit des Veranstaltungsortes: Die Veranstaltung findet auf dem bekannten Spargelhof-Klaistow statt, aber lass dich nicht von der schönen Landschaft täuschen - die Strecke ist flach, abwechslungsreich und schlängelt sich durch Wälder, sandige Wege und Schlammgruben, und wir haben ein Hindernis Programm, das dich gleichzeitig mit Angst und Freude erfüllt. Mach dich bereit geschockt zu werden, in eiskaltes Wasser einzutauchen und Momente auf der Strecke zu erleben, die dich an deinem Verstand zweifeln lassen. Viel Glück, das ist alles, was wir sagen können ;).
- Hindernisse, auf die du aufpassen musst:
  - BRANDNEU für 2024 - Sewer Rat & Ape Sh\*t
  - Wiederkehrende Favoriten - Blockness Monster, Arctic Enema & Hydrophobia

## SOCIAL MEDIA

- Wenn du es noch nicht getan hast, solltest du unbedingt auf unserer [Facebook-Seite](#) mitmachen.
- Vergiss nicht, deine Reise mit uns auf deinen sozialen Netzwerken zu teilen und @toughmuddereurope zu markieren, während du dich auf das Event-Wochenende vorbereitest. Die Nacht vor dem Aufstehen, das kitschige Gruppenfoto bei der Ankunft oder das "OMG, ich habe gerade mein Stirnband bekommen"-Foto... wir wollen alles sehen.

## EXTRAS

### FOTO-PAKETE

Erhalte bis zu 40 Fotos auf der Strecke, an ausgewählten Hindernissen und im Mudder Village. Bestelle das Fotopaket für nur € 25,99 (€ 29,99 nach der Veranstaltung). Das wird ein Erlebnis, das du nicht so schnell vergessen wirst. [Kauf über dein Active-Konto.](#)

### MUDDER TABS

Eine personalisierte Erkennungsmarke, die du zu deiner brandneuen Medaille hinzufügen kannst. Hinzufügen für nur €15. Inklusive Personalisierung: dein Name, deine Zielzeit (nur bei Ausdauer Wettbewerben) und dein Wunschtext. [Kauf über dein Active-Konto.](#)

### HAST DU NOCH FRAGEN?

- Wenn du noch weitere Fragen hast, schreibe unserem Kundenservice eine E-Mail und er hilft dir gerne weiter: [mudders@toughmudder.de](mailto:mudders@toughmudder.de)
- Bitte beachte, dass die Antwortzeiten im Vorfeld der Veranstaltung unterschiedlich sein können.





# EINRICHTUNGEN VOR ORT



Toiletten



Bag Drop



Umkleidemöglichkeiten



Am Tag der  
Registrierung



Parkplatz



Essensstände



Merchandise



Camping - nur bei  
Vor Anmeldung

## SICHERHEIT BEI VERANSTALTUNG UND STRECKE

- Du **MUSST** in der Lage sein, 25 Meter zu schwimmen, wenn du Wasserhindernisse versuchst.
- Wenn du dich bei der Bewältigung eines Hindernisses nicht wohl fühlst, versuche es **NICHT**; gehe einfach über die Umgehungsspur zum nächsten Hindernis weiter.
- An den Verpflegungsstationen auf der Strecke sind Speisen und Getränke erhältlich. Wenn du Allergien hast, informiere dich bitte vor dem Verzehr über die Produktangaben. Allergenhinweisschilder werden angebracht sein.
- Auf der Strecke gibt es zwei Hindernisse, die unter Strom stehen. Bitte versucht nicht, diese zu überwinden, wenn du ein Herzleiden hast, Metall im Körper trägst, unter neurologischen Problemen leidest oder schwanger bist.
- Alle Hindernisse auf der Strecke sind mit einem Schild mit Sicherheitshinweisen gekennzeichnet. Bitte nimm dir die Zeit, diese Schilder zu beachten und dich an die Sicherheitshinweise zu halten.
- Beispiel Beschilderung:

