



INT. MASTERS
SPORTWOCHE
40+
7.-13. Juni 2010
RUHPOLDING

*Internationale
Masters Sportwoche 40+*
7.-13. Juni 2010



Ruhpolding – traumhafte Ferien

Ruhpolding, inmitten der bayerischen Alpen, ist ein wahres Urlaubsparadies – zu jeder Jahreszeit und für die ganze Familie.

Im Frühjahr und Herbst sind Radtouren und Wanderungen durch das herrliche Ruhpoldinger Tal, entlang der Traun über duftende Wiesen oder raschelnde Herbstwege ein wahres Erlebnis. Schautafeln entlang des Sagenwanderweges erzählen überlieferte Sagen und Spukgeschichten und auf dem Alpen-Erlebnispfad lernt man die „Falten der Alpen“ kennen. Von Rauschberg und Unternberg kann man den Blick über das herrliche Alpenpanorama schweifen lassen.

Wenn die Sommersonne mit ganzer Kraft vom Himmel scheint, laden das Freibad oder die Seen in der Umgebung zu einem kühlen Bad ein. Bei einem Ausflug in den Freizeitpark Ruhpolding werden die kleinen Gäste in eine bezaubernde Phantasiewelt entführt.

Im Winter locken herrliche Skiabfahrten und abwechslungsreiche Langlauftrouten. Wintersport-Anfänger sind in den Ruhpoldinger Skischulen bestens aufgehoben. Den Kindern steht Pinguin „Bobo“ bei und so können die ersten Rutschversuche gar nicht schief gehen! Nach einigen Pirouetten in der Eissporthalle geht es auf die Naturrodelbahn zu einer rasanten Schlittenpartie. Ein erlebnisreicher Tag klingt im Erlebnis- und Wellnessbad Vita Alpina mit Wellenbecken, Riesenrutsche und Saunalandschaft aus.

Bayerische Trachten- und Hüttenabende spiegeln urbayerisches Brauchtum wieder und bieten kulinarische Genüsse. Ruhpolding ist außerdem ein idealer Ausgangspunkt für interessante Ausflüge: im Nu sind Sie am Chiemsee, am Königssee oder in München und Salzburg.

Viele sportliche Großveranstaltungen haben sich in Ruhpolding etabliert. Biathlon Weltcups und Weltmeisterschaften, Nordische Kombinationen, 24-Stunden-Mountainbike-Weltmeisterschaften, Bayernrundfahrt und GoreTex Transalpine Run fanden bereits in Ruhpolding statt. Mit unserer Erfahrung in Organisation und Durchführung wird die 1. Internationale Masters Sportwoche 40+ in Ruhpolding das größte und professionellste Sportfest werden, das es im Seniorensport bisher gegeben hat. Eine Woche lang werden hochkarätige Wettkämpfe in bester Qualität und unter professionellen Bedingungen ausgetragen.

Das Motto soll lauten: Gegeneinander Wettkämpfe veranstalten, aber miteinander feiern!

Rahmenprogramm:

- o Championspark mit Expo- und Verpflegungsarea
- o Große Eröffnungsfeier im Championspark
- o Führung im Biathlon-Stadion mit Fritz Fischer inkl. Schießmöglichkeit
- o Großer Hüttenabend im Holzknechtmuseum
- o Vorträge, Seminare und Workshops rund um die Themen Sportmedizin, Ernährung und Senioren-Leistungssport
- o Bustransfers zu den Wettkämpfen und ins Zentrum
- o Abschlussveranstaltung mit Siegerehrungen im Championspark

Rahmenprogramm für die Begleitpersonen:

(Ausflüge gegen Gebühr)

- o Ausflug nach Berchtesgaden (Königssee, Salzbergwerk, Kehlsteinhaus)
- o Ausflug nach Salzburg (Festspielstadt)
- o Ausflug nach München (Stadtrundfahrt)
- o Ausflug an den Chiemsee (Herren- und Fraueninsel)
- o weitere Ausflüge mit Busreisen Fuschlberger auf Anfrage

Teilnehmergebühr

50 € für Athleten, 30 € für Begleitpersonen

inkl. Rahmenprogramm, Organisation, X-tra-UrlaubSpass

Startgebühren ca. 10 € - 30 € (abhängig von Disziplin)

Unterkünfte in Ruhpolding:

Privat P2*	25,00 €
Gästehäuser	26 – 28 €
Hotels 3*	34 – 38 €
Hotels 4*	47 – 49 €
Ferienwohnungen 3*	40 – 45 €
Ferienwohnungen 4*	50 – 65 €

Die Preise für die Zimmer gelten jeweils pro Pers. incl. Frühstück.

Die Fewo-Preise gelten pro Wohnung ohne Verpflegung.

Zzgl. Kurtaxe 1,90 € / pro Person und Tag!





Den gibt's jetzt **gratis** zu Ihrem Ruhpolding-Urlaub dazu!

Gültigkeit: Sommer-Saison 2010 vom 01.05.10 - 31.10.10

Mit dem neuen X-tra UrlaubSPass erleben Sie Ihren Ruhpolding-Urlaub völlig unbeschwert.

Diese neue Gästekarte erhalten Sie **gratis von Ihrem Gastgeber***! Damit können Sie die wichtigsten Freizeitbetriebe des Ortes kostenfrei und nahezu unbegrenzt nutzen! Die Karte gilt während des gesamten Aufenthalts und muss nicht extra gekauft werden. Sie ist bei der Buchung eines Aufenthalts bei den Ruhpoldinger Gastgebern* automatisch mit dabei!

So viel ist täglich mit drin:

- Rauschbergbahn
- Unternbergbahn
- Vita Alpina (3 Std. ohne Sauna)
- Freizeitpark
- Freibad (im Sommer)
- Holzknechtmuseum
- Heimatmuseum
- Ortslinie
- Busfahrten nach Berchtesgaden, Reit im Winkl ...
- freies Parken im ganzen Ort
- Kinderprogramm
- Begrüßungsabende, Heimatabende, Dorfmusikabende im Kurhaus
- Kurkonzerte
- geführte Wanderungen

Und es ist noch mehr mit drin!

* Das X-tra gibt es nur bei den teilnehmenden Betrieben, siehe Kennzeichnungen im Gastgeberverzeichnis 2010. Änderungen sind vorbehalten! Die Inanspruchnahme der Leistungen richtet sich nach den offiziellen Öffnungszeiten der jeweiligen Freizeitbetriebe.



Weitere Informationen & Details erhalten Sie in der Tourist-Info Ruhpolding
 Tel. +49 (0) 8663 8806-0
 tourismus@ruhpolding.de
 www.ruhpolding.de/xtra





Beginn / Ende	Disziplin	Wettkampf	Wettkampfdetails	Wettkampfort
Sonntag, 06. Juni 2010 Anreise und Akkreditierung				
09.00 - 21.00 Uhr	Tennis	Turnier	H40/H50/H60/H65/H70	Tennisplatz Ruhpolding/Siegsdorf
15.00 - 19.00 Uhr	Tischtennis	Training		Sporthalle / Eishalle
Montag, 07. Juni 2010				
08.00 - 22.00 Uhr	Schießen	Vorkampf	Luftgewehr und Luftgewehr Auflage	Schießhalle
09.00 - 20.00 Uhr	Tischtennis	Gruppenspiele	Qualifikation Doppel	Sporthalle / Eishalle
09.00 - 21.00 Uhr	Tennis	Turnier	alle Altersklassen	Tennisplatz Ruhpolding/Siegsdorf
	Golf	Proberunde		Golfplatz
17.00 Uhr	Laufen	Duathlon	5 km Laufen / 20 km Rad / 2,5 km Laufen	Brandstätter Str. - Gstatterau
20.30 Uhr		Große Eröffnungsfeier		Championspark
20.30 Uhr		Siegerehrung	Duathlon	Championspark
Dienstag, 08. Juni 2010				
08.00 - 22.00 Uhr	Schießen	Vorkampf	Luftgewehr und Luftgewehr Auflage	Schießhalle
09.00 - 22.00 Uhr	Tischtennis	Gruppenspiele	Qualifikation Einzel	Sporthalle / Eishalle
09.00 - 21.00 Uhr	Tennis	Turnier	alle Altersklassen	Tennisplatz Ruhpolding/Siegsdorf
09.00 Uhr	Golf	Turnier nach Stableford	Einzel- und Teamwertung	Golfplatz
18.00 Uhr	Rad	MTB Bergrennen	7,5 km / 770 hm	Mühlfeld - Unternberg
20.30 Uhr		Siegerehrung	MTB Rennen und Golfturnier	Championspark
Mittwoch, 09. Juni 2010 Erlebnistag in Ruhpolding mit Ausflugsangeboten				
08.00 - 16.00 Uhr	Schießen	Wettkampf	KK-liegend und KK-Auflage	Schießhalle
09.00 - 21.00 Uhr	Tennis	Turnier	H40/H50/H55/H60/D40	Tennisplatz Ruhpolding/Siegsdorf
17.00 Uhr		Biathlonführung und -schießen	mit Biathlonlegende Fritz Fischer	Chiemgau Arena
19.00 Uhr		Großes Masterfest	Bayerischer Abend mit Musik	Holzkechtmuseum
Donnerstag, 10. Juni 2010				
08.00 - 22.00 Uhr	Schießen	Vorkampf	Luftgewehr und Luftgewehr Auflage	Schießhalle
09.00 - 22.00 Uhr	Tischtennis	Haupt- und Trostrunde	KO-System Doppel	Sporthalle / Eishalle
09.00 - 21.00 Uhr	Tennis	Turnier	alle Altersklassen	Tennisplatz Ruhpolding
09.00 Uhr	Golf	Turnier Einzel	Zählspiel mit Teamwertung	Golfplatz
18.00 Uhr	Laufen	Straßenlauf	10 km	Ortszentrum
20.30 Uhr		Siegerehrung	Golfturnier und Straßenlauf	Championspark
Freitag, 11. Juni 2010				
08.00 - 22.00 Uhr	Schießen	Vorfinale	Luftgewehr und Luftgewehr Auflage	Schießhalle
09.00 - 20.00 Uhr	Tischtennis	Haupt- und Trostrunde	KO-System Einzel	Sporthalle / Eishalle
09.00 - 21.00 Uhr	Tennis	Turnier	H40/H50/H55/D40/D50	Tennisplatz Ruhpolding
18.00 Uhr	Rad	RR Einzelzeitfahren	5 km /100 hm	Mühlfeld - Urschlau
20.30 Uhr		Siegerehrung	Einzelzeitfahren, Tennis	Championspark
Samstag, 12. Juni 2010				
08.00 - 16.00 Uhr	Schießen	Finale	Luftgewehr und Luftgewehr Auflage	Schießhalle
09.00 Uhr	Golf	Turnier	Klassischer Vierer	Golfplatz
10.00 Uhr	Tischtennis	Halbfinal- und Finalsplele	Doppel und Einzel	Sporthalle / Eishalle
10.00 Uhr		Geführter Geländelauf		
17.00 Uhr	Rad	RR Kriterium	30 - 50 Runden á 800 m	Ortszentrum
20.00 Uhr		Siegerehrung	Golf, Schießen, Tischtennis, Radkriterium	Championspark
Sonntag, 13. Juni 2010 Abreise				



RAD

Di 08. Juni	18.00 Uhr	MTB Bergrennen	7,5 km / 770 hm	Mühlfeld-Unternberg
Fr 11. Juni	18.00 Uhr	RR Einzelzeitfahren	5 km / 100 hm	Mühlfeld-Unternberg
Sa 12. Juni	17.00 Uhr	RR Kriterium	30 - 50 Runden á 800 m	Ortszentrum



LAUFEN

Mo 07. Juni	17.00 Uhr	Duathlon	5 km Laufen / 20 km Rad / 2,5 km Laufen	Brandstätter Str. - Gstatterau
Do 10. Juni	18.00 Uhr	Straßenlauf	10 km	Ortszentrum



SCHIESSEN

Mo 07. Juni	08.00 Uhr	Schießen Vorkampf	Luftgewehr + Luftgewehr Auflage	Schießhalle
Di 08. Juni	08.00 Uhr	Schießen Vorkampf	Luftgewehr + Luftgewehr Auflage	Schießhalle
Mi 09. Juni	08.00 Uhr	Schießen Wettkampf	KK-liegend + KK-Auflage	Schießhalle
Do 10. Juni	08.00 Uhr	Schießen Vorkampf	Luftgewehr + Luftgewehr Auflage	Schießhalle
Fr 11. Juni	08.00 Uhr	Schießen Vorfinale	Luftgewehr + Luftgewehr Auflage	Schießhalle
Sa 12. Juni	08.00 Uhr	Schießen Finale	Luftgewehr + Luftgewehr Auflage	Schießhalle





GOLF

Di 08. Juni	09.00 Uhr	Golfturnier nach Stableford	Einzel- und Teamwertung	Golfplatz
Do 10. Juni	09.00 Uhr	Golfturnier Einzel	Zählspiel mit Teamwertung	Golfplatz
Sa 12. Juni	09.00 Uhr	Golfturnier	Klassischer Vierer	Golfplatz



TENNIS

So 06. Juni	09.00 Uhr	Tennisturnier	H40/H50/H60/H65/H70	Tennisplatz Ruhpolding/Siegsdorf
Mo 07. Juni	09.00 Uhr	Tennisturnier	alle Altersklassen	Tennisplatz Ruhpolding/Siegsdorf
Di 08. Juni	09.00 Uhr	Tennisturnier	alle Altersklassen	Tennisplatz Ruhpolding
Mi 09. Juni	09.00 Uhr	Tennisturnier	H40/H50/H55/H60/D40	Tennisplatz Ruhpolding
Do 10. Juni	09.00 Uhr	Tennisturnier	alle Altersklassen	Tennisplatz Ruhpolding
Fr 11. Juni	09.00 Uhr	Tennisturnier	H40/H50/H55/D40/D50	Tennisplatz Ruhpolding



TISCHTENNIS

Mo 07. Juni	09.00 Uhr	Tischtennis Gruppenspiele	Qualifikation Doppel	Sporthalle / Eishalle
Di 08. Juni	09.00 Uhr	Tischtennis Gruppenspiele	Qualifikation Einzel	Sporthalle / Eishalle
Do 10. Juni	09.00 Uhr	Tischtennis Haupt- u.Trostrunde	KO-System Doppel	Sporthalle / Eishalle
Fr 11. Juni	09.00 Uhr	Tischtennis Haupt- u.Trostrunde	KO-System Einzel	Sporthalle / Eishalle
Sa 12. Juni	09.00 Uhr	Tischtennis Halbfinale + Finale	Doppel und Einzel	Sporthalle / Eishalle





Sportstätten 40+

- ① Rad
- ② Schießen
- ③ Tennis
- ④ Golf
- ⑤ Laufen
- ⑥ Tischtennis
- ⑦ Siegerehrung





Anmeldeformulare

für die einzelnen Disziplinen können unter www.ruhpolding.de/4oplus heruntergeladen werden

Anmeldung und Information

Tourist-Info Ruhpolding
PF 1460, 83321 Ruhpolding
Hauptstraße 60
Tel.: 049 (0)8663/8806-0
Fax: 049 (0)8663/8806-20
e-mail: tourismus@ruhpoling.de