



Rennreglement Heida-Panoramalauf

Der Heida-Panoramalauf wird auf dem Giw bei Visperterminen durchgeführt. Es handelt sich hierbei um einen abwechslungsreichen Panoramalauf mit einer Hauptstrecke von 11.4 Kilometer und 483 Höhenmeter.

Die Strecke mit Start und Ziel auf dem Giw führt durch einen schönen Waldweg Richtung Gspon bis Oberi Site. Von dort geht es bergauf bis zum Höhenweg, welcher dann zum Gibidumsee und schliesslich aufs Gibidum führt. Dort kann man mit einer wunderschönen Rundschau auf nicht weniger als vierzehn Viertausender inklusiv Matterhorn blicken sowie mit dem grossen Aletschgletscher ein prächtiges Alpenpanorama bestaunen. Im Abstieg geht es über den Panoramaweg zurück aufs Giw.

Es werden zusätzlich Läufe für Jugendliche, Schüler, FUN und EIKi durchgeführt.

Dieses Wettkampfreglement ist Bestandteil des Vertrages zwischen Veranstalter und Läufer*innen.

Strecke Damen und Herren

Streckenverlauf

Der Lauf startet die ersten 400 Meter auf der Asphaltstrasse leicht bergab, bevor es relativ flach bis Kilometer 2.2 auf einem schönen Waldweg weitergeht. Im Weiler Obere Site geht es dann richtig zur Sache, die erste kurze Steigung führt bis zur Waldlichtung, wo es dann leicht steigend Richtung Senntum geht. Vom Ort Senntum gibt es dann wieder einen Richtungswechsel mit einem zuerst flacheren und dann wieder steileren Teil bis zum Höhenweg.

Auf dem Höhenweg angelangt geht es weiterhin leicht steigend Richtung Gibidum. Auf diesem Teil wird der Blick frei Richtung Bietschhorn. Weiter geht es auf den Gibidumpass und dann direkt zum See, welchen wir umrunden.

Mit dem Bietschhorn vor Augen verläuft die Strecke in Richtung Gibidum wo uns der letzte steile Aufstieg auf den höchsten Punkt bringt mit der Aussicht auf vierzehn Viertausender inklusiv Matterhorn sowie den grossen Aletschgletscher.

Auf dem Wanderweg geht es dann bergab mit steileren und flacheren Passagen über den Panoramaweg zurück aufs Giw.

Zahlen und Fakten

Strecke	11.4 km
Start/Ziel Giw	1960 m.ü.M
Höchster Punkt Gibidum	2317 m.ü.M
Aufstieg/Abstieg	483 m

Verpflegungs- und Sanitätsposten

1. Verpflegungsposten Senntum bei 3,7 km (Wasser, Cola, Iso, Riegel, Gel)
2. Verpflegungs- und Sanitätsposten See bei 6,5 km (Wasser, Cola, Iso, Riegel, Gel)



Strecke FUN (mit/ohne Stöcke)

Streckenverlauf

Der Lauf startet die ersten 400 Meter auf der Asphaltstrasse leicht bergab bevor es relativ flach bis Kilometer 2.2 auf einem schönen Waldweg weitergeht. Im Weiler Obere Site geht es dann richtig zur Sache, die erste kurze, starke Steigung führt bis zuoberst der Waldlichtung, wo es dann leicht steigend Richtung Senntum geht. Vom Ort Senntum gibt es dann wieder einen Richtungswechsel mit einem zuerst flacheren und dann wieder steileren Teil bis zum Höhenweg.

Auf dem Höhenweg angelangt geht es weiterhin leicht steigend Richtung Gibidum. Auf diesem Teil wird der Blick frei Richtung Bietschhorn. Weiter geht es auf den Gibidumpass und dann direkt zum See, welchen wir umrunden.

Von dort führt uns der Wanderweg bereits bergab Richtung Ziel mit abwechselnd etwas steileren und dann wieder flacheren Passagen.

Zahlen und Fakten

Strecke	9 km
Start/Ziel Giw	1960 m.ü.M
Höchster Punkt Gibidumee	2194 m.ü.M
Aufstieg/Abstieg	359 m

Bei der FUN Kategorie wird die Zeit gemessen und die Rangliste alphabetisch geführt.

U20 M/W

Streckenverlauf

Der Parcours startet auf einem flachen Wanderweg bis zum Weiler Niwwe. Von dort zieht der Weg im Wald an, bevor er wieder etwas flacher zum Senntum führt – dort hast du dann auch schon den ersten Kilometer in den Beinen. Anschliessend geht's über die Wiesen zurück Richtung Giw auf einem abwechslungsreichen Trail durch den Wald bis zum Fiischer Hittji, wo die Strecke in den Original-Trail mündet. Von hier geht es über die Skipiste zurück aufs Giw um das Löschwasserbecken und dann in die nächsten zwei Runden.

Zahlen und Fakten

Strecke	7.0 km (3 Runden)
Start/Ziel Giw	1960 m.ü.M
Höchster Punkt Senntum	2080 m.ü.M
Aufstieg / Abstieg	410 m



U18 M/W

Streckenverlauf

Der Parcours startet auf einem flachen Wanderweg bis zum Weiler Niwwe. Von dort zieht der Weg im Wald an, bevor er wieder etwas flacher zum Senntum führt – dort hast du dann auch schon den ersten Kilometer in den Beinen. Anschliessend geht's über die Wiesen zurück Richtung Giw auf einem abwechslungsreichen Trail durch den Wald bis zum Fiischer Hittji, wo die Strecke in den Original-Trail mündet. Von hier geht es über die Skipiste zurück aufs Giw um das Löschwasserbecken und dann in die zweite Runde.

Zahlen und Fakten

Strecke	4.6 km (2 Runden)
Start/Ziel Giw	1960 m.ü.M
Höchster Punkt Senntum	2080 m.ü.M
Aufstieg / Abstieg	260 m

U16 M/W

Streckenverlauf

Der Parcours startet auf einem flachen Wanderweg bis zum Weiler Niwwe. Von dort zieht der Weg im Wald an, bevor er wieder etwas flacher zum Senntum führt – dort hast du dann auch schon den ersten Kilometer in den Beinen. Anschliessend geht's über die Wiesen zurück Richtung Giw auf einem abwechslungsreichen Trail durch den Wald bis zum Fiischer Hittji, wo die Strecke in den Original-Trail mündet. Ab hier folgst du der Strecke zurück aufs Giw ins Ziel.

Zahlen und Fakten

Strecke	2.3 km (1 Runde)
Start/Ziel Giw	1960 m.ü.M
Höchster Punkt Senntum	2080 m.ü.M
Aufstieg / Abstieg	120 m

U14 M/W und U12 M/W

Streckenverlauf

Der Parcours verläuft zuerst flach auf einem Wanderweg zum Weiler Niwe und dann abwärts bis zur Giwstrasse. Zurück auf dem Parkplatz auf dem Giw wird noch das Löschwasserbecken umrundet, bevor es Richtung Ziel geht.

Zahlen und Fakten

Strecke	1.1 km
Start/Ziel Giw	1960 m.ü.M
Aufstieg/Abstieg	26 m



U10 M/W

Streckenverlauf

Die Strecke für die Schüler*innen C verläuft zuerst kurz bergauf. Danach verläuft der Parcours via Wanderweg zurück zum schön angelegte Löschwasserbecken, welches umrundet wird und dann geht es Richtung Ziel.

Zahlen und Fakten

Strecke	600 m
Start/Ziel Giw	1960 m.ü.M
Aufstieg/Abstieg	10 m

U8 M/W und ElKi

Streckenverlauf

Die Kurzstrecke für die Jüngsten ist ebenfalls attraktiv, weil der Parcours um das schön angelegte Löschwasserbecken führt. Es geht bergab über den Parkplatz zum Becken, welches umrundet wird und dann geht es bereits Richtung Ziel.

Zahlen und Fakten

Strecke	360 m
Start/Ziel Giw	1960 m.ü.M
Aufstieg/Abstieg	6 m

Kategorien

<i>Kategorien</i>	<i>Alter (gemäss Jahrgang)</i>	<i>Distanz</i>
Damen & Herren 1	18 bis 39 Jahre	11.4 km
Damen & Herren 2	40 bis 49 Jahre	11.4 km
Damen & Herren 3	50 bis 59 Jahre	11.4 km
Damen & Herren 4	60 Jahre und älter	11.4 km
FUN (mit/ohne Stöcke)		9 km
U20 M/W	18 und 19 Jahre	7 km
U18 M/W	16 und 17 Jahre	4.6 km
U16 M/W	14 und 15 Jahre	2.3 km
U14 M/W	12 und 13 Jahre	1.1 km
U12 M/W	10 und 11 Jahre	1.1 km
U10 M/W	8 und 9 Jahre	600 m
U8 M/W	7 Jahre und jünger	360 m
ElKi	6 Jahre und jünger	360m



Programm

ab 08h30	Startnummernausgabe beim Bergrestaurant Giw
10h30	Panoramalauf (11.4 km)
10h35	FUN (mit/ohne Stöcke) (9 km)
11h10	U20 (7 km)
11h10	U18 (4.6 km)
11h10	U16 (2.3 km)
12h40	U14 (1.1 km)
12h55	U12 (1.1 km)
13h10	U10 (600 m)
13h25	U8 (360 m)
13h35	ElKi (360 m)
14h15	Rangverkündigung (Bergrestaurant Giw)

Startnummer und Pflichtausrüstung

Die Startnummer muss gut sichtbar getragen werden. Die Laufausrüstung muss dem Wetter angepasst werden, keine Pflichtausrüstung. Start und Ziel liegen auf 1960 m.ü.M.

Medizinische Betreuung

Der Organisator lehnt jede Verantwortung bei Unfällen, Folgen aufgrund eines schlechten Gesundheitszustandes, Stürzen usw. und bei Zuwiderhandlungen ab. Bei Zwischenfällen, Schwächezuständen von Läuferinnen und Läufern sowie Unfällen bitte sofort den nächsten Streckenposten orientieren und Hilfe anfordern. Sanitätsnotruf: 144.

Es sind zwei Samariterposten vor Ort für medizinische Notfälle (auf dem Giw bei der Bergstation und beim Gebidemsee).

Zeitlimiten

Läufer*innen, welche die Zeitlimiten nicht einhalten können, werden von den Streckenposten beim Gebidemsee aus dem Rennen genommen bzw. wird auf dem Giw die Zeit nicht mehr erfasst.

Die Zeitlimiten sehen wie folgt aus: Bergsee: 11h40 (1 Std 10 Min)
 Ziel Giw: 12h30 (2 Std)

Aufgabe und Abbruch

Läufer*innen, die aus dem Rennen aussteigen, haben sich unbedingt bei einem Streckenposten oder bei der Rennleitung abzumelden. Der Transport zum Ziel wird durch den Organisator organisiert. Aufgabe oder Disqualifikation berechtigen nicht zu einer Rückerstattung des Startgeldes (auch nicht teilweise).



Preise

Jede*r Finisher*in aller Kategorien erhält ein Finishergeschenk. (Bei Anmeldung am Ausführungstag nicht garantiert).

Die drei Schnellsten pro Kategorie des Laufes erhalten einen Podestpreis.

Bei den Kategorien FUN und ElKi werden die Ranglisten alphabetisch geführt. Somit gibt es keine Podestpreise.

Abfälle

Auf der Strecke dürfen keine Abfälle wie Trinkflaschen, Papier, Plastik usw. weggeworfen werden.

Personendaten und Bildmaterial

Mit der Anmeldung willigen die Teilnehmenden der Veröffentlichung von Namen, Vornamen, Geburtsjahr, Wohnort, Nationalität, Startnummer, Wettkampfzeit und Rang in den Start- und Ranglisten des Events ein. Die Zustimmung gilt sowohl für die Veröffentlichung im Internet, in Printmedien, im TV wie auch für den Aushang von Listen und Speaker-Durchsagen.

Die im Zusammenhang mit unserer Laufveranstaltung gemachten Fotos und Filmaufnahmen dürfen ohne Vergütungsansprüche im TV, Internet sowie in Werbemitteln, Magazinen und Büchern verwendet werden.

Einsprachen und Proteste

Einsprachen sind schriftlich jeweils bis Zielschluss im Rennbüro zu deponieren. Die Jury besteht aus OK-Präsidentin und Rennleiter. Der Entscheid der Jury ist definitiv.

Anreise mit dem öffentlichen Verkehr

Mit dem Postauto ab Visp - Visperterminen:	08h10 / 09h10 / 10h10
Sesselbahn Visperterminen - Giw:	ab 08h30 (durchgehend)

Startgeld

Panoramalauf /FUN	ab 01.12. CHF 47.-- mit Magicpass, CHF 52.-- ohne Magicpass ab 01.03. CHF 52.-- mit Magicpass, CHF 57.-- ohne Magicpass
U20 und jünger	ab 01.12. CHF 15.--

Im Startgeld inbegriffen sind:

- Verpflegung während dem Wettkampf
- Sesselbahnfahrt Visperterminen - Giw – Visperterminen
- Finishergeschenk für alle Teilnehmer*innen



Ersatzstrecke

Durch wetterbedingte Umstände auf der Originalstrecke oder andere unvorhergesehene Einflüsse wird auf eine Ersatzstrecke ausgewichen. Diese Entscheidung obliegt dem Veranstalter. Die Teilnehmer*innen werden rechtzeitig informiert.

Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt online auf <https://heidapanoramalauf.ch> oder telefonisch +41 (0) 79 737 05 94. Ein*e Läufer*in gilt als angemeldet und erscheint auf der Startliste, sobald das Startgeld beim Organisator eingetroffen ist.

Bei Anmeldung minderjähriger Läufer*innen durch Dritte geht der Veranstalter davon aus, dass die Zustimmung der gesetzlichen Vertreter vorliegt.

Anmeldeschluss

Der Anmeldeschluss ist am Donnerstag vor dem Renntag. Bei der Anmeldung am Austragungstag wird für die Hauptstrecke sowie FUN eine zusätzliche Gebühr von CHF 10.-- verlangt. Das Finishergeschenk ist nicht garantiert.

Annulation der Anmeldung

Bei Annulation der Anmeldung bis zwei Wochen vor dem Wettkampf werden 50 % des Startgeldes rückerstattet. Bei Krankheit oder Verletzung (mit Arztzeugnis) wird der volle Betrag zurückerstattet. Auf Wunsch kann das Startgeld auf das nächste Jahr übertragen werden.

Keine oder teilweise Durchführung

Kann der Lauf wegen höherer Gewalt nicht oder nur teilweise durchgeführt werden, besteht kein Anrecht auf Rückerstattung des Startgeldes.

Hunde

Auf der ganzen Strecke ist es nicht erlaubt, Hunde mitzuführen.

Haftung und Versicherung

Eine Haftung jeglicher Art wird weder vom Veranstalter noch vom Ski- und Sportclub Visperterminen übernommen. Die Läufer*innen sind dafür verantwortlich, in gut trainiertem Zustand sowie körperlich gesund am Start zu erscheinen. Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

Dies gilt auch für Unfälle, Diebstahl und Haftung gegenüber Zuschauenden und Drittpersonen.



Sekretariat und Auskunft

Ralf Kreuzer, Bitzine, CH-3932 Visperterminen
Tel.: +41 (0)78 652 29 90, E-Mail info@heidapanoramalauf.ch

Novemter, 2026

Das Organisationskomitee des
Heida Panoramalaufes

Änderungen des Wettkampfreglements durch den Veranstalter bleiben vorbehalten.