

Presseinfo, 20. November 2025

## **4. MOUNTAINMAN Nikolaus-Trail – Trailrunning-Highlight im Nürnberger Land**

6./7. Dezember 2025 | Pommelsbrunn: **Wenn sich andere schon in die Winterpause verabschieden, startet in Pommelsbrunn das große Finale der Trailrunning- und Hiking Saison: Am 6. und 7. Dezember 2025 trifft sich die Community zur vierten Auflage des MOUNTAINMAN Nikolaus-Trail – einem der beliebtesten Winter-Trailevents Deutschlands.**

Der Event ist seit Monaten restlos ausgebucht: 1.500 Teilnehmer:innen aus 33 Nationen gehen in der Hersbrucker Schweiz im Nürnberger Land an den Start. Rund 10 Prozent der Startenden treten gemeinsam mit ihrem vierbeinigen Laufpartner an.

### **Sportliches Jahresfinale im „Wohnzimmer“ des MOUNTAINMAN-Teams**

Pommelsbrunn, bekannt durch den 1000-Höhenmeter-Rundweg und den legendären Höhenglücksteig, ist die Heimat des MOUNTAINMAN-Teams – und bietet die perfekte Kulisse für ein sportliches Jahresfinale im Mittelgebirge. Zwischen bizarren Felsen, dichten Wäldern und spektakulären Aussichtspunkten erleben die Teilnehmenden echtes Trailrunning-Feeling im Winterzauber Frankens.

### **Die Strecken im Überblick**

Sonntag, 7. Dezember 2025

- S: Grinch-Trail – 11 km / 350 hm (ca. 250 Teilnehmer:innen); Startzeit: 8.00 Uhr
- M: Knecht Ruprecht-Trail – 17 km / 600 hm (ca. 500 Teilnehmer:innen); Startzeit: 9.00 Uhr
- L: Krampus-Trail – 32 km / 1.100 hm (ca. 400 Teilnehmer:innen); Startzeit: 10.00 Uhr
- XL: Nussknacker-Trail – 44 km / 1.600 hm
  - Der wohl härteste Marathon Frankens (ca. 350 Teilnehmer:innen); Startzeit 10.45 Uhr
    - Favoriten: Florian Felch (Lebkuchen & Allerlei), Benedikt Nußbaum (AST Süßen), Anja Kobs

Samstag, 6. Dezember 2025 – Nikolaustag; Startzeit 14.00 Uhr

- Wichteltrail presented by VGN – 5 km Familienwanderung mit Besuch der Lama- & Alpaka-farm, Kinderkarussell und Nikolausbesuch (ca. 200 Familien inkl. Kids)

### **Gemeinschaft, Erlebnis und Natur**

Der MOUNTAINMAN Nikolaus-Trail ist mehr als ein Wettkampf – er ist ein Fest für die ganze Community. Ob ambitionierte Trailrunner, sportliche Wanderer oder Familien mit Kindern: Hier feiern alle gemeinsam den Jahresabschluss – in Bewegung, in der Natur und mit einem Lächeln im Gesicht. Der Verein Pommelsbrunn sorgt zudem mit liebevoll gestalteten Weihnachtsbuden und regionalen Spezialitäten für eine stimmungsvolle Adventsatmosphäre.



## **Starker Partner aus der Region: MMC – Metrol Medical Center Nürnberg**

Unterstützt wird die Veranstaltung vom **MMC – Metrol Medical Center Nürnberg**: Mit über **16 Facharztpraxen, einer Apotheke, einem Sanitätshaus und einer ambulanten Reha** bietet das MMC die „Medizin der kurzen Wege“. Diese Expertise macht sie zu einem der größten privaten Ärztehäuser Deutschlands und zu einem starken Rückhalt für den Sport in der Region Nürnberg.

Das Besondere: Das MMC ist bereits tief im Trailrunning verwurzelt. So wird durch die Metropol Medical Clinic die Trailrunning-Spitzenathletin Ida-Sophie Hegemann gesponsert. Bei einer Verletzung wurde sie dort auch operiert und in ihrer Genesung unterstützt. So läuft sie wieder Sieg um Sieg. Ein starkes Zeichen dafür, wie Medizin und Sport Hand in Hand gehen können.

Für die Teilnehmer:innen bedeutet das: Höchste Kompetenz im Hintergrund beim Trailabenteuer in Pommelsbrunn.

## **Über MOUNTAINMAN**

MOUNTAINMAN ist eine internationale Trailrunning- und Hiking-Serie mit sechs Veranstaltungen in Deutschland und Österreich sowie einem Trailcamp in Spanien. Das Eventkonzept bietet Strecken für Einsteiger bis Profis – für Trailrunner und sportliche Hiker – immer mit hohem Erlebnisfaktor, starker Naturverbundenheit und echtem Community-Spirit.

Bei Fragen, Interviewwunsch oder für eine Akkreditierung (oder eigenem Start 😊) melde dich jederzeit gerne direkt bei mir.

Kontakt:

MOUNTAINMAN GmbH

Annalena Singer

Projektleiterin

☎ +49 170 8183280

✉ [annalena.singer@mountainman.de](mailto:annalena.singer@mountainman.de)

🌐 [www.mountainman.de](http://www.mountainman.de)