



Wettkampf-Informationen

Langdistanz Einzel und Staffel / Halbdistanz Einzel und Staffel

Anreise, Parken

Über die Autobahn erreichen Sie Moritzburg aus Richtung Leipzig oder Chemnitz auf der A 4 bis zur Anschlussstelle 80 Dresden-Wilder Mann/Moritzburg, aus Richtung Osten ebenfalls über die A 4 Abfahrt 81b Dresden-Flughafen, weiter in Richtung Weinböhla. Aus Richtung Berlin fahren Sie bitte von der A 13 am Dreieck Dresden auf die A 4 auf und verlassen diese an der ersten Abfahrt 81b Dresden-Flughafen auf der S 81 in Richtung Weinböhla. Moritzburg ist nach 5km ausgeschildert. Für alle Sportler und Gäste der Veranstaltung steht ein zentraler Parkplatz in Moritzburg zur Verfügung. Nutzen Sie bitte diesen kostenfreien Parkplatz und vermeiden Sie unnötigen Verkehr in der Gemeinde Moritzburg. Zum Wettkampfort, dem Schlossparkplatz sind es ca. 1km. Bitte das Auto während des Wettbewerbs stehen lassen – der Umwelt zu Liebe.

Wettkampfbüro / Startnummern-Ausgabe

Das Schloss-Triathlon Moritzburg Wettkampfbüro mit der Startnummern-Ausgabe befindet sich am Haus des Gastes, Schlossallee 3b, unmittelbar gegenüber dem Veranstaltungsort und ist am Freitag von 16:30 bis 19:30 Uhr und am Samstag ab 05:30 Uhr geöffnet.

Meldeschluss: Langdistanz 10.06. 06:30 Uhr, Halbdistanz 10.06. 10:30 Uhr.

Zur Startnummern-Ausgabe ist ein gültiger Startpass der DTU oder des jeweiligen Landesverbandes und ein **gültiger Personalausweis oder Reisepass** vorzulegen. Eine Tageslizenz des Fachverbandes ist für 30,00€ (Langdistanz) bzw. 25,00€ (Halbdistanz) im Wettkampfbüro erhältlich. Jeder Starter erhält ein Handgelenkbändchen. Dieses berechtigt zu den angegebenen Zeiten zum Zutritt zur Wechselzone, Pastaparty, Verpflegungszone-Ziel, Erholungszone. **Das Handgelenkbändchen ist während der gesamten Dauer des Wettbewerbs bis zum Auschecken aus der Wechselzone zu tragen.**

Merchandise-Artikel des Schloss-Triathlons Moritzburg sind im Wettkampfbüro erhältlich.

Allgemeines

Mit seiner Anmeldung erkennt der Athlet/in die Wettkampfbestimmungen der DTU und die Haftungsfreistellung des Veranstalters an. Die Teilnehmer sind dafür verantwortlich, in gut trainiertem Zustand sowie körperlich gesund zu starten. Der/die Athlet/in beachtet zudem die Verkehrsregeln und folgt den Anweisungen von Kampfrichtern, Funktionären und medizinischem Personal.

Schloss-Triathlon Moritzburg Sportmarkt

Der Sportmarkt des Schloss-Triathlons Moritzburg befindet sich in unmittelbarer Nähe der Wechselzone in der Schloss-Triathlon Arena. Den genauen Standort entnehmen Sie bitte dem Lageplan. Der Schloss-Triathlon Moritzburg Sportmarkt ist am Freitag von 16.00 bis 20:00 Uhr, am Samstag von 8:00 bis 20:00 Uhr und am Sonntag von 7:00 bis 18:00 Uhr geöffnet.

Radabgabe - Wechselzone

Die Abgabe von Fahrrad und Helm ist obligatorisch.

Abgabezeiten:	Langdistanz	Einzel + Staffel + Duett	Freitag 17:30 bis 20:00 Uhr
			Samstag ab 06:00Uhr
	Halbdistanz	Einzel + Staffel	Samstag 09:00 bis 10:45 Uhr

Die Wechselzone wird am Freitag um 20:00 Uhr geschlossen und am Samstag um 6:00 Uhr geöffnet. Mit den Startunterlagen erhalten Sie eine Radnummer und eine Helmnummer. Die selbstklebende Radnummer ist **vor** der Radabgabe an der Sattelstütze oder dem Bremskabel zu befestigen, die Helmnummern am Helm vorn und an der Seite links in Fahrtrichtung. Alle Athleten müssen beim Bike Check-In ein einwandfreies und sämtlichen Reglements entsprechendes Fahrrad und einen geprüften Helm vorzeigen. Der Helm muss am Rad gelagert werden. Fahrräder und Helme dürfen nach der Abgabe nicht mehr aus der Wechselzone entfernt werden. Helme sind am Fahrrad zu deponieren. Der Check-In ist ebenso für Staffelteilnehmer verbindlich (Rad und Helm).



Es gibt nur eine Wechselzone für die Wechsel Schwimmen/Rad und Rad/Lauf. Die Ablage der Rad- und Laufsachen am Wechselplatz ist für die Langdistanz am Samstag ab 6:00 Uhr möglich. Der Wechselplatz ist mit der Startnummer beschriftet. Jeder Athlet richtet den zugewiesenen Wechselplatz selbst ein. Laufwege sind frei zu halten. Der Wettkampf auf der Rad- und der Laufstrecke darf nicht mit freiem Oberkörper bestritten werden. Der Kleiderwechsel hat ausschließlich in der Wechselzone zu erfolgen. Die Wechselzone darf nur von Teilnehmern des Schloss-Triathlons betreten werden. Trainer, Betreuer und Zuschauer haben keinen Zutritt.

Rad-Service

Ein Rad-Service befindet sich am Eingang zur Radabgabe in der Mitte des Sportmarktes, gestellt durch Fahrrad XXL.

Pasta Party und Wettkampfbesprechung

Die Pasta Party findet am Freitag von 17:00 bis 21:00 Uhr für alle Starter der Lang- und Halbdistanz im Gastro-Zelt neben der Wechselzone statt. Die Teilnahme an der Pasta Party ist für alle angemeldeten Athleten im Startgeld enthalten. Gäste können für 5,-€ an der Pastaparty teilnehmen. Die Wettkampfbesprechung für die Langdistanz und Halbdistanz Einzel- und Staffeltwettbewerbe findet gemeinsam am Freitag um 19:00 in Deutsch und 20:00 Uhr in Englisch, Dauer ca. 30 Minuten im Rahmen der Pasta Party im Gastro-Zelt neben der Wechselzone statt. Die Teilnahme an der Wettkampfbesprechung wird jedem Teilnehmer nahegelegt. Vor dem Start erfolgt nur eine Kurzeinweisung der Schwimmstrecke.

Wetter am Wettkampftag

Die aktuelle Wettervorhersage entnehmen Sie bitte den Medien oder Internet. Bei zu erwartender Hitze wird geraten, Sonnenschutzmittel zu verwenden. Auf der Laufstrecke empfiehlt sich, auch wenn sie überwiegend im Wald liegt, eine Kopfbedeckung. Bitte an Mückenschutz nach individuellem Bedarf denken!

Zeitmessung



Zum Einsatz kommt der ChipX Transponder von AMB. Dieser hat sich bei weltweiten Großveranstaltungen wie Olympischen Spielen und Weltcups bewährt. Die Zeitmessung erfolgt durch Trialog-Event, Leipzig www.trialogevent.de. Der Transponder wird mit Neoprenband ausgegeben. Er ist am Knöchel zu tragen. Die Zeitmessung erfolgt durch Überlaufen bzw. Überfahren von Zeitmessmatten. Vor dem Schwimmen hat jeder Starter die Wechselzone durch den Wechselausgang an der Schlossseite zu verlassen, hier erfolgt die Startregistrierung.

Staffeln erhalten einen Transponder, der als Staffelstab dient und ist am Eingang der Wechselzone vom Schwimmer zum Radfahrer sowie vom Radfahrer an den Läufer zu übergeben. Der Transponder wird Ihnen im Ziel abgenommen. Sportler die den Wettkampf nicht beenden, haben den Transponder im Ziel abzugeben. Bei Verlust ist eine Gebühr von 80,- € zu entrichten.



Staffel

Mindestens zwei Sportler können als Staffel am Wettkampf teilnehmen. Die Festlegung wer als Schwimmer, Radfahrer oder Läufer teilnimmt, hat spätestens bei der Abholung der Startunterlagen im Wettkampfbüro zu erfolgen. Alle Teilnehmer müssen die Anmeldung unterschreiben. Das Mindestalter für Staffelteilnehmer beträgt: Langdistanz Schwimmen 14, Rad 18, Lauf 18 Jahre; Halbdistanz Schwimmen 14, Rad 17, Lauf 16 Jahre. **Bei einer Staffel müssen mindestens zwei Teilnehmer an den Start gehen.** Der Wettkampfchip dient als Staffelstab und wird vom Schwimmer an den Radfahrer, später vom Radfahrer an den Läufer am Eingang der Wechselzone, in der Staffelzone übergeben. Die Startnummer der Staffel ist vom Radfahrer und Läufer zu tragen. Jede Staffel erhält drei Startnummern. Der Schwimmer trägt während des Wettkampfes keine Startnummer.

Duett

BarockMan Duett ist ein Staffelformat bei dem sich zwei Athleten eine Langdistanz teilen. Ihr startet am Samstag 07.00 Uhr gemeinsam mit den Staffel- und Einzelstartern des BarockMan (Langdistanz).

Jeder Teampartner absolviert dabei eine Halbdistanz – 1,9km Schwimmen, 87km Radfahren und 21,1km Laufen. Nach jeweils der Hälfte der Schwimm-, Rad- und Laufstrecke wird der Staffelstab von Teilnehmer 1 (TN1) auf Teilnehmer 2 (TN2) übergeben. Als Staffelstab dient genau wie bei der „normalen“ Staffel der Transponder für die Zeitmessung.

Der Schwimmwechsel von TN1 auf TN2 nach 1,9km erfolgt auf der Schlossinsel.

Nachdem auch TN2 die Schwimmstrecke absolviert hat, wird im Wechselgarten der Transponder an TN1 übergeben. Der geht auf die Radstrecke und fährt dort 3 Runden (87km). Der Radwechsel zu TN2 findet auf dem kleinen Parkplatz am Schwimmstart statt.

Nachdem auch TN2 seine 3 Radrunden (87km) absolviert hat, fährt er in die Wechselzone und übergibt den Staffelstab wieder an TN1 zum Start auf die Laufstrecke.

Nach Absolvierung von 3 Laufrunden (21km) übergibt TN1 am Zugang zur Schlossinsel den Transponder an TN2. Dort ist auch der Treff zum gemeinsamen Zieleinlauf beider Staffelmittglieder nachdem TN2 ebenfalls 21km gelaufen ist.

In den Pausen, die ihr individuell gestaltet, habt ihr Zugang zur Wechselzone, Zielverpflegung, könnt duschen und euch umziehen. Für die Abstimmung wann eure Wechsel stattfinden seid ihr selbst verantwortlich.

Schwimmen

Vor dem Schwimmstart ist jeder Athlet verpflichtet, sich in der Wechselzone einzufinden. Der Schwimmstart befindet sich auf der Westseite des Schlossteiches. Der Weg von der Wechselzone führt entweder durch den Schlosspark oder entlang der Kalkreuther Straße zum Schwimmstart und beträgt ca. 800 Meter und ca. 10 Minuten Fußweg. **Die Starter über die Halbdistanz gehen bitte ausschließlich durch den Schlosspark zum Schwimmstart.** Der Schwimmstart Langdistanz Einzel und Staffel erfolgt gemeinsam um 7:00 Uhr. Die Einzelstarter Frauen tragen weiße, Männer blaue, die Staffelschwimmer rote und die Duett-Starter grüne Badekappen. **Das Einschwimmen vor der Startlinie ist bis 3 Minuten vor dem Start erlaubt.**

Der Schwimmstart Halbdistanz erfolgt für Einzelstarter und Staffeln gemeinsam in Wellen. Langdistanzstarter Einzeln, Staffeln und Duettler starten gemeinsam.

Jeder Schwimmer ist dazu verpflichtet, die zur Verfügung gestellte Badekappe zu tragen. Die endgültige Entscheidung über das Tragen eines Neoprenanzuges wird nach Messung der Wassertemperatur bei der Kurz-Wettkampfbesprechung am Morgen bekanntgegeben. Im Falle eines Verbots von Neoprenanzügen gilt dies auch für Schwimmanzüge, die Neoprenmaterialien enthalten. Das Tragen der Startnummer ist während des Schwimmens nicht gestattet. Wendepunkte sind mit großen gelben Bojen gekennzeichnet. Unter den beiden Brücken darf nicht überholt werden. Die Startnummer ist erst in der Wechselzone 1 anzulegen. Bis zum Anlegen hat die Startnummer beim Fahrrad zu verbleiben.



Nach dem Start begeben sich die Gäste und Begleiter bitte ausschließlich über den Schlosspark zum Schwimmausstieg bzw. zur Wechselzone. Die Kalkreuther Straße ist nach dem Schwimmstart auch für Fußgänger gesperrt!!!

An der Südseite der Wechselzone befinden sich zwei Eingänge, rechter Eingang Staffel, linker Eingang Einzelstarter. Die Wechselzone wird bei beiden Wechseln von Süd nach Nord durchlaufen. Das Rad wird in der gesamten Wechselzone und den in den zugehörigen Gassen geschoben. Auf- & Abstieg erfolgen auf der Straße. Die Stelle ist gekennzeichnet.

Verpflegung Wechselzone

Vor der Wechselzone, nach dem Schwimmausstieg steht eine Trinkverpflegung (Tee) zur Verfügung.

Rad

Auf der Radstrecke besteht ausnahmslos Helmpflicht. Es sind nur geprüfte Hartschalenhelme ohne Abänderung erlaubt. Die Tragepflicht beinhaltet einen geschlossenen Helmriemen und beginnt mit der Aufnahme und endet mit dem Abstellen des Rads in der Wechselzone. Die Startnummer ist während des Radfahrens klar sichtbar auf dem Rücken zu tragen. Die Radstrecke ist als Rundkurs angelegt. Eine Runde beträgt 28,75km. Zu fahren sind Langdistanz 6 Runden, Halbdistanz 3 Runden. Das Rundenende ist mit einem Banner über der Straße markiert. Jeder Athlet zählt die absolvierten Runden selbst. Die Radstrecke ist für den öffentlichen Verkehr gesperrt, siehe Karte (Teil 2). Es ist jedoch jederzeit mit Fahrzeugen zu rechnen. Bis 17:00 Uhr (10 Std.) Langdistanz- und 16:30 Uhr (5 ½ Std.) Halbdistanzstarter sollten alle die Radstrecke absolviert haben. Starter, die diese Zeit nicht einhalten, müssen den Wettkampf beenden.

Windschattenregel/Zeitstrafen

Gelbe Karte
Blaue Karte
Rote Karte

Verwarnung
Zeitstrafe
Disqualifikation

Drei gelbe Karten führen zu Disqualifikation.
Drei Zeitstrafen führen zur Disqualifikation

Das Radfahren ist ein Einzelzeitfahren ohne Begleitung. Windschattenfahren hinter oder neben einem anderen Teilnehmer ist verboten. Der Minimalabstand beträgt 12 m. Ein Überholmanöver ist innerhalb von 25 Sekunden abzuschließen. Beim Überholen ist ein seitlicher Mindestabstand von 2 m einzuhalten. **Ein Wettkampfteilnehmer gilt als überholt, wenn das Vorderrad des Überholenden vor dem des Überholten ist. In diesem Fall hat der Überholte sofort die Windschattenbox des Überholers seitlich oder nach hinten zu verlassen.** Es herrscht Rechtsfahrgebot. Das Überholen ist nur linksseitig erlaubt. Die Durchsetzung des Windschattenverbotes entsprechend der Sportordnung der DTU erfolgt durch Kampfrichter des Sächsischen Triathlonverbandes auf Motorrädern. Sportler die gegen das Windschattenverbot verstoßen werden durch die Kampfrichter direkt wie folgt angesprochen:

Athleten bei denen der Verdacht des Windschattenfahrens besteht erhalten eine blaue Karte, Reihenfolge akustisches Signal, Ansprechen mit der Startnummer, Zeigen der Blauen Karte, Rufen Zeitstrafe und Aufforderung den Regelverstoß zu beseitigen. Bei Windschattenfahren erfolgt Disqualifikation durch zeigen der Roten Karte bei gleichem Ablauf. Zwei Zeitstrafen sind möglich. Zeitstrafen sind nach dem Wechsel Rad/Lauf am Ausgang der Wechselzone in der Strafbox abzusetzen. Achtung Staffelstarter, Zeitstrafe an Läufer übergeben! Erhält ein Sportler oder eine Staffel eine Zeitstrafe ausgesprochen und meldet sich nicht in der Strafbox, so wird er/sie disqualifiziert.

Die Zeitstrafen betragen:

Langdistanz Einzel und Staffel
Halbdistanz Einzel und Staffel

5 Minuten
5 Minuten



Unbeabsichtigte Regelverletzungen, die korrigiert werden können, werden mit einer Verwarnung (gelbe Karte) bestraft. Verboten sind die Benutzung von MP-3Player oder Mobiltelefon (§11 Sportordnung DTU).

Verpflegung Rad

Auf der Radstrecke gibt es je Runde **zwei** Verpflegungsstelle. Die Lage der Verpflegungsstellen und das Verpflegungsangebot entnehmen Sie bitte den Anhängen Streckenplan, Verpflegungsplan. Die Reihenfolge der gereichten Produkte entspricht dem Verpflegungsplan.

Stimmungsnest

Die Radstrecke führt in jeder Runde in ca. 500m Entfernung an der Wechselzone vorbei. Betreuer und Zuschauer haben somit die Möglichkeit direkt am Geschehen auf der Radstrecke dabei zu sein. Beachten Sie bitte, höchste Aufmerksamkeit gilt der Sicherheit der Sportler! Radstrecke bitte sauber verlassen, Verpackungsmaterial bitte wieder mitnehmen.

Laufstrecke

Rundkurs auf einer 7km-Runde um den westlichen Schlossteich, den angrenzenden Forst, vorbei am Schlosspark und zurück zur Wechselzone. Der Belag besteht aus ca. 2km Asphalt, 4km befestigte Wege, 1km Waldwege. Zu Laufen sind 6 Runden Langdistanz, 3 Runden Halbdistanz. Entlang der Meißner Straße und Radeburger Straße verläuft die Laufstrecke auf dem Fußweg, auf Kalkreuther Straße neben der Radstrecke – haltet euch in dem Bereich bitte rechts. Das Betreten der Laufstrecke ist nur den Athleten gestattet. Mobile Begleitung ist untersagt. Die Startnummer ist während des Laufens klar sichtbar auf der Vorderseite des Körpers zu tragen und hat jederzeit unverdeckt und ungefaltet zu sein. Im Falle einer Zuwiderhandlung kann es zu einer Verwarnung kommen. Der Zieleinlauf befindet sich in der Schloss-Triathlon Arena.

Verpflegung Laufstrecke

Auf der Laufstrecke gibt es **drei** Verpflegungspunkte je Runde. Bei extremen Wetterbedingungen wird noch eine zusätzliche Wasserstelle eingerichtet. Die Lage der Verpflegungsstellen und das Verpflegungsangebot entnehmen Sie bitte den Anhängen Streckenplan, Verpflegungsplan. Die Reihenfolge der gereichten Produkte entspricht dem Verpflegungsplan. Toiletten befinden sich im Bereich der Verpflegungsstellen.

Eigenverpflegung Rad/Lauf

Die Eigenverpflegung liegt in der alleinigen Verantwortung des Athleten. Dies schließt den Transport, die Deponierung und Übergabe der Verpflegung auf der Strecke des Schloss-Triathlons Moritzburg ein. Es ist erlaubt, sich jeweils bis 50 m nach einer der offiziellen Verpflegungsstellen auf der Strecke des Schloss-Triathlon Moritzburg Eigenverpflegung von eigenen Betreuern reichen zu lassen. Die Übergabe von Eigenverpflegung durch persönliche Betreuer außerhalb dieser Zonen ist nicht gestattet.

Ziel

Das Ziel befindet sich in der Schloss-Triathlon Arena unmittelbar neben der Wechselzone. Die letzten 50 Meter bis zum Ziel, ab Fußgängerquerung können die Staffelmithglieder gemeinsam laufen. Der Transponder wird Ihnen im Ziel abgenommen. Der Eingang zur Zielverpflegung befindet sich unmittelbar nach dem Zieleinlauf. Teilnehmer, die den Wettkampf vorzeitig beenden müssen, haben sich umgehend bei einem Wettkampfrichter abzumelden. Der Transponder ist im Ziel abzugeben.

Medizinische Versorgung

Arzt und ausgebildetes Sanitätspersonal des DRK und der DRK Wasserwacht Dresden-Land am Schwimmstart sowie an den Verpflegungsstellen der Radstrecke und entlang der Laufstrecke bereit.



Nach dem Zieleinlauf werden die Athleten von Helfern des Teams in der Finish Area in Empfang genommen. Den Anweisungen des medizinischen Personals muss dringend Folge geleistet werden!

Erholungszone

Die Erholungszone ist die Regenerations- und Ruhezone des Schloss-Triathlons Moritzburg. Die Erholungszone befindet sich unmittelbar an der Wechselzone in der Schloss-Triathlon Arena. Sie bietet Duschen, Regenerations-Massage und Versorgung durch medizinisches Personal. Zur Erholungszone haben ausschließlich Athleten sowie das medizinische Personal und das Schloss-Triathlon-Team Zutritt.

Wettkampf Pressekonferenz

Die Wettkampf Pressekonferenz des Schloss-Triathlons Moritzburg findet am Samstag im unmittelbaren Anschluss an die Siegerehrung an der Tribüne statt. Wir bitten die Sieger um ihre Teilnahme an der Pressekonferenz.

Radabholung

Zur Radabholung gelangen die Athleten direkt aus der Zielverpflegung in die Wechselzone. Der CheckOut erfolgt an der Südseite (Wettkampf-Eingang) der Wechselzone. **Die Abholung hat am Samstag bis 22:00 Uhr zu erfolgen.** Für Räder, die bis 22:00 Uhr nicht abgeholt wurden, übernimmt der Veranstalter keine Haftung. Nach Verlassen der Wechselzone/CheckOut können keinerlei Schadensersatzansprüche oder Verlustmeldungen mehr geltend gemacht werden. Bei Radabholung sind die Startnummer und der Helm vorzuzeigen.

Siegerehrung, Medaillen und Urkunden

Die Siegerehrung des Schloss-Triathlons Moritzburg findet ab 18 Uhr statt. Preise werden nur persönlich übergeben. Nicht abgeholte Preise verfallen.

Lang- und Halbdistanz Einzel:	1 – 6	Gesamtwertung m
	1 – 6	Gesamtwertung w
	1	AK Wertung m/w
Lang- und Halbdistanz Staffel + Duett:	1 – 3	Gesamtwertung mixed/w

Jeder Teilnehmer der Lang- und Halbdistanz (Einzel und Staffel) erhält mit den Startunterlagen ein Präsent und im Ziel die Finishermedaille. Die Finisher-Urkunden können im Internet ausgedruckt werden, Link unter www.schlosstriathlon.de

Die Ergebnislisten mit Splittzeiten Schwimmen/Rad/Lauf werden unmittelbar nach dem Zieleinlauf an der Tafel neben der Siegerehrung öffentlich ausgehangen. Die Veröffentlichung der Ergebnislisten im Internet erfolgt nach Bestätigung durch das Kampfgericht noch am selben Tag.

Fundbüro

Fundsachen und nicht abgeholte Gegenstände aus der Wechselzone sind im Wettkampfbüro abzuholen.

Stand: 07.06.2023

Wettkampf-Informationen

Langdistanz Einzel und Staffel / Halbdistanz Einzel und Staffel

Teil 2 – Lagepläne

Parkplatz Moritzburg Auerstraße



Schloss-Triathlon Arena



Wechselwege

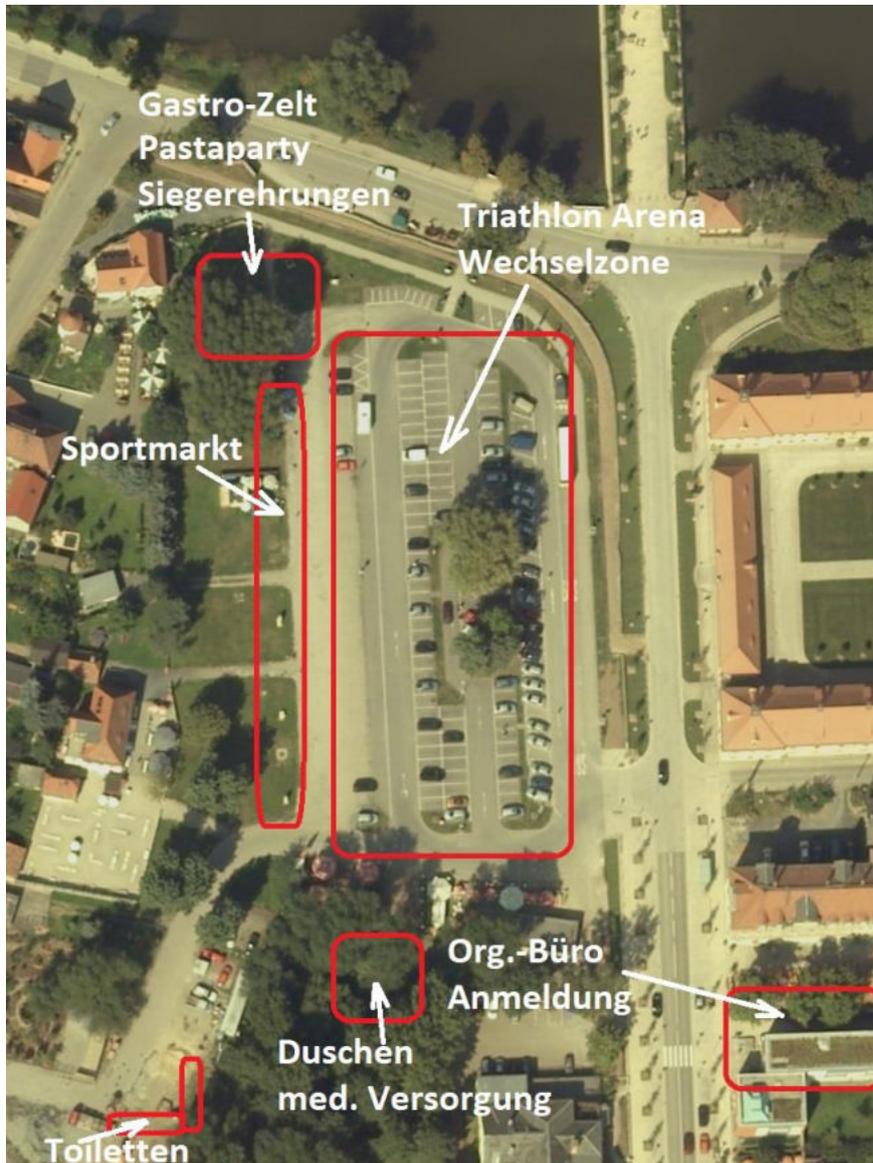


Wechselpunkte BarockMan Duett



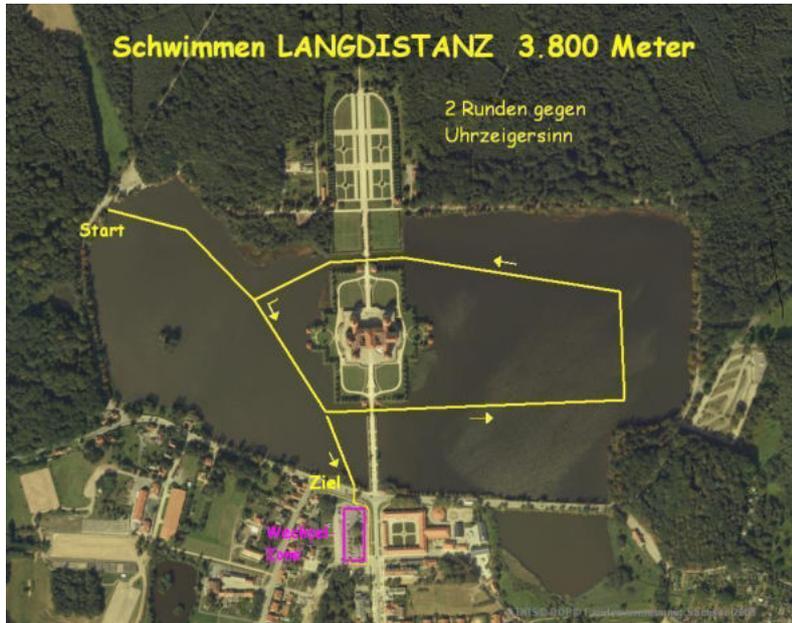
Wettkampfbesprechung

am Freitag zur Pasta-Party um 19 Uhr (Deutsch) und 20 Uhr (Englisch)
im Gastro-Zelt neben der Wechselzone (Pasta-Party ab 17 Uhr)



Schwimmen

Langdistanz, 2 Runden entgegen dem Uhrzeigersinn

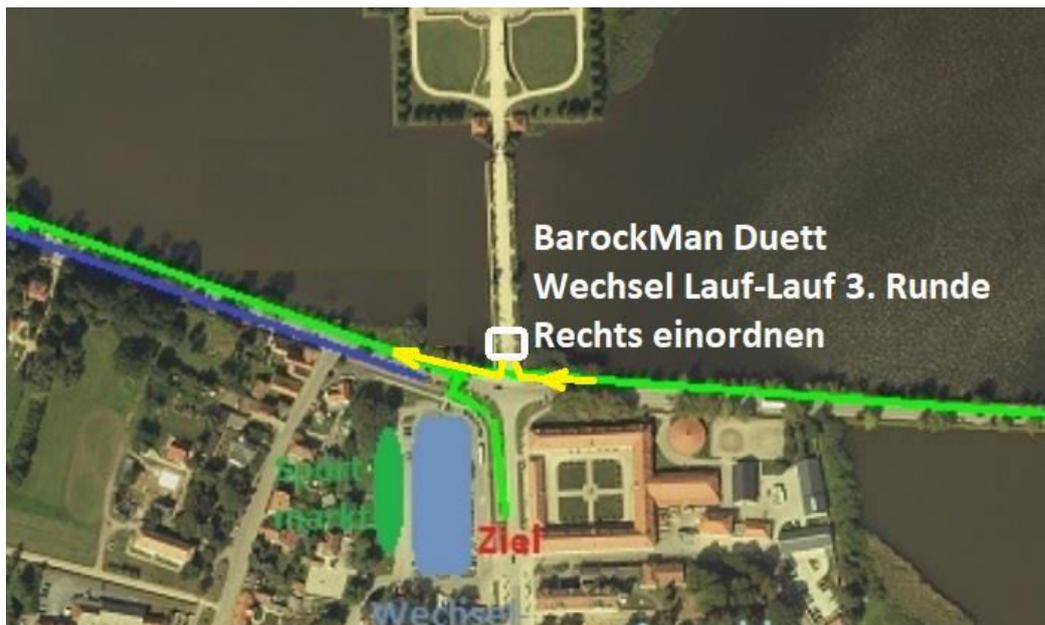
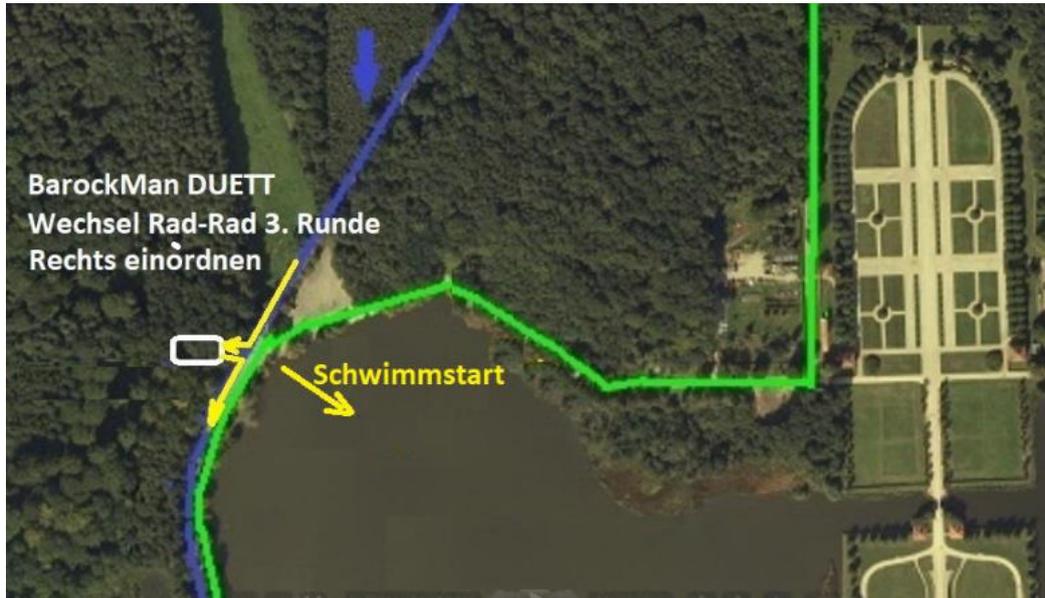


Halbdistanz, 1 Runde entgegen dem Uhrzeigersinn



Wechselplätze BarockMan DUETT







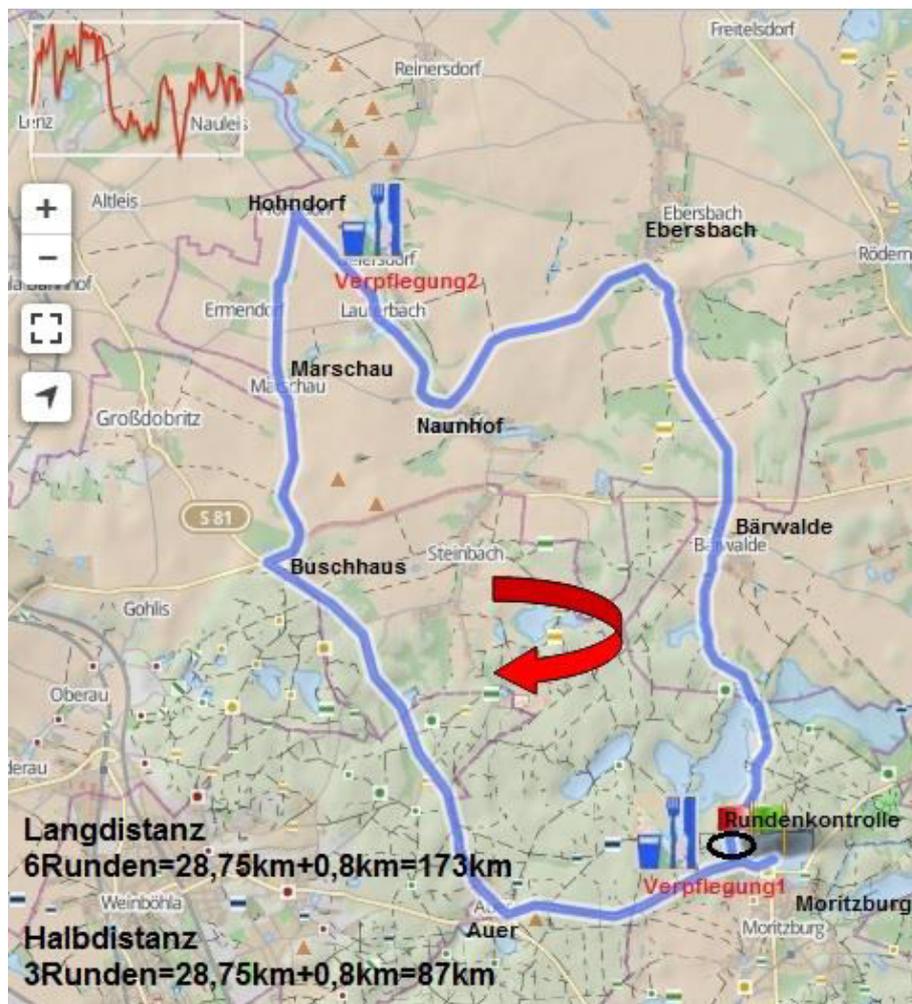
Radstrecke

Die Wechselzone wird von Süd nach Nord durchquert, rechter Eingang Staffel, linker Einzel.

28,75km Runde im Uhrzeigersinn, je Runde 166 Hm,

Langdistanz 6 Runden

Halbdistanz 3 Runden



Aufbau Verpflegungspunkte Rad



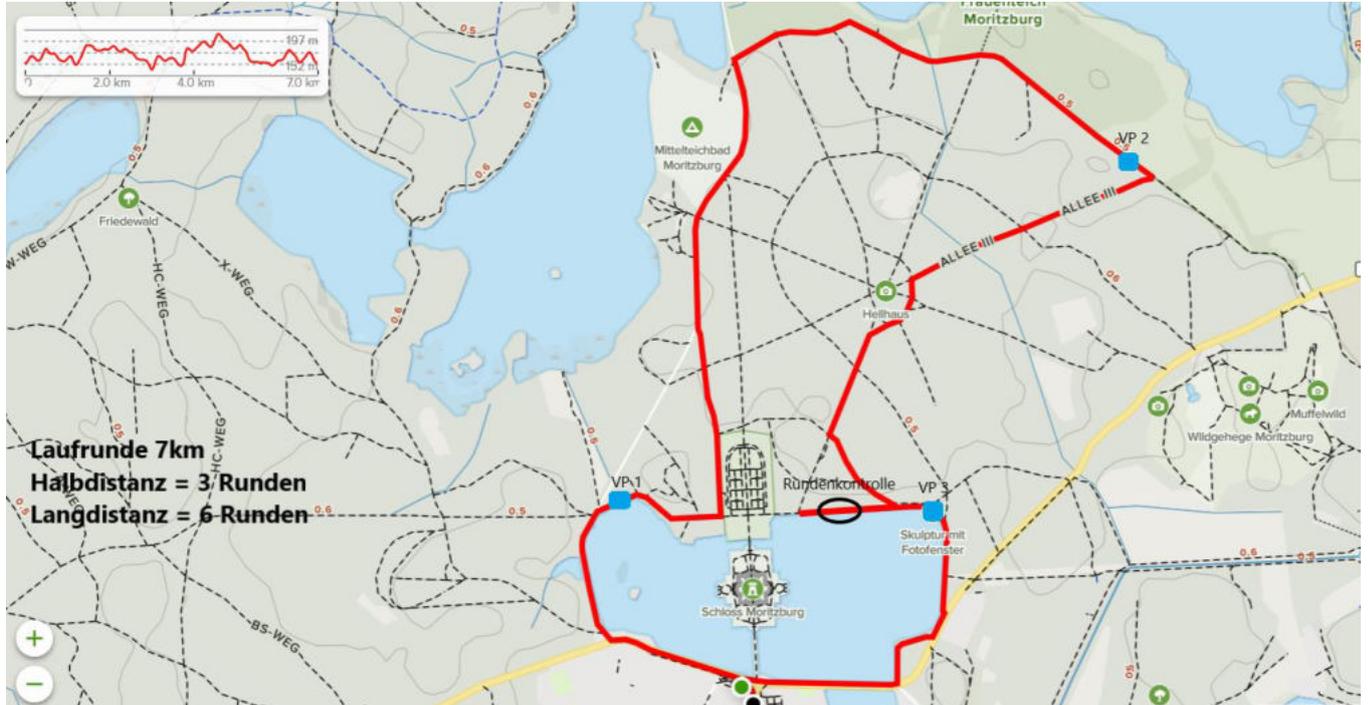


Laufstrecke

Die Wechselzone wird von Süd nach Nord durchquert, rechter Eingang Staffel, linker Einzel
7km Laufrunde im Uhrzeigersinn

Langdistanz 6 Runden

Halbdistanz 3 Runden



Aufbau Verpflegungspunkte Lauf

