

Weisungen X-Duathlon

Ablauf

- Abholung Startnummer & Velonummer (→ Startnummer mit Zeitmesschip am Läufer / Velonummer an Velo zur Kontrolle)
- Selbständiges Einfinden mit Velo vor dem Start
- Briefing durch Speaker um 14:10 Uhr
- Start 14:15 Uhr
- 3 Runden mit Velo (Hindernisse müssen überquert werden mit Velo oder zu Fuss)
- Nach dem ewl-Startbogen befindet sich die Wechselzone, welche mit je einer Sägemehl-Linie am Anfang und am Schluss gekennzeichnet ist
- Vor der 1. Linie muss ab dem Velo gestiegen und die Linie zu Fuss passiert werden
- In der Zone muss das Velo selbständig deponiert werden (Helfer vor Ort für Aufsicht während dem Lauf)
- Ab der 2. Linie laufen ohne Velo
- Sieger / Siegerin gemäss Einlauf nach gesamthaft 6 Runden
- Siegerehrung im Anschluss getrennt nach Geschlecht

