



14. Mountain Challenge 2015

Cross-Duathlon

Sonntag, 22. März 2015

Veranstalter/Ausrichter: Teamwork Berlin e.V.
Veranstaltungsort: Berlin-Reinickendorf, Tegeler Forst, Rote Chaussee

Strecken: (Lauf – Rad – Lauf)
Cross-Duathlon: 5,3 km – 20 km – 2,65 km (Wertung Berlin-Cup)
Startzeiten: 11.00 Uhr

Laufen und Radfahren im Tegeler Forst auf gekennzeichneten Waldwegen und Pfaden. Die Strecken wechseln von flachen, breiten Wegen auf kleinere Waldwege mit kurzen, meist moderaten Steigungen. Fahrtechnisch ist die Strecke meist einfach. Empfohlen werden Mountainbike oder Crossrad. Die Strecke ist nicht Rennrad-geeignet.

Beim Cross-Duathlon müssen zunächst 2 Laufrunden, 4 Radrunden und abschließend noch eine Laufrunde absolviert werden.

Anmeldung: Online unter www.teamwork-berlin.eu bis 08.03.2015
Nachmeldungen/Unterlagenausgabe bis 10.15 Uhr am Wettkampftag

Gebühren: Cross-Duathlon 15,- € (keine Tageslizenz erforderlich)
Nachmeldegebühr 3,- €

Zeitnahme: Elektronisch mittels Fußtransponder durch Tollense Timing

Verpflegung: Getränke, Äpfel und Kuchen im Start-/Zielbereich

Kontakt: Uwe Binz, E-Mail: mountain-challenge@online.de

Achtung: Keine Parkmöglichkeit im Start-Zielbereich. Fußweg von nächsten Parkplätzen ca. 400 m, leider keine Umkleide-/Duschkmöglichkeiten.

