Letzte Trainingsinfo 29.11.2026

Es handelt sich um ein Freilufttraining ohne feste Räumlichkeiten.

Start und Ziel befinden sich in direkter Nähe des Parkplatzes (siehe Kartenausschnitt). Der Parkplatz ist begrenzt. Bitte platzsparend parken.

Das OrgBuero befindet sich am Ziel. Wenn möglich, die Startgebühr in bar passend einzahlen. Bitte denkt dran, dass bei Teamstart natürlich eine doppelte Startgebühr fällig wird, wenn zwei Karten ausgegeben werden. Auch wenn nur ein Chip benutzt wird.

Eine Musterkarte des Geländes hängt am OrgBuero aus.

Punching Start. Die Zeitnahme beginnt mit dem **Stempeln des Startpostens**. Postenbeschreibungen liegen am Start aus.

Auslesen des Chips direkt am Ziel. Leihchips können gegen Pfand empfangen werden.

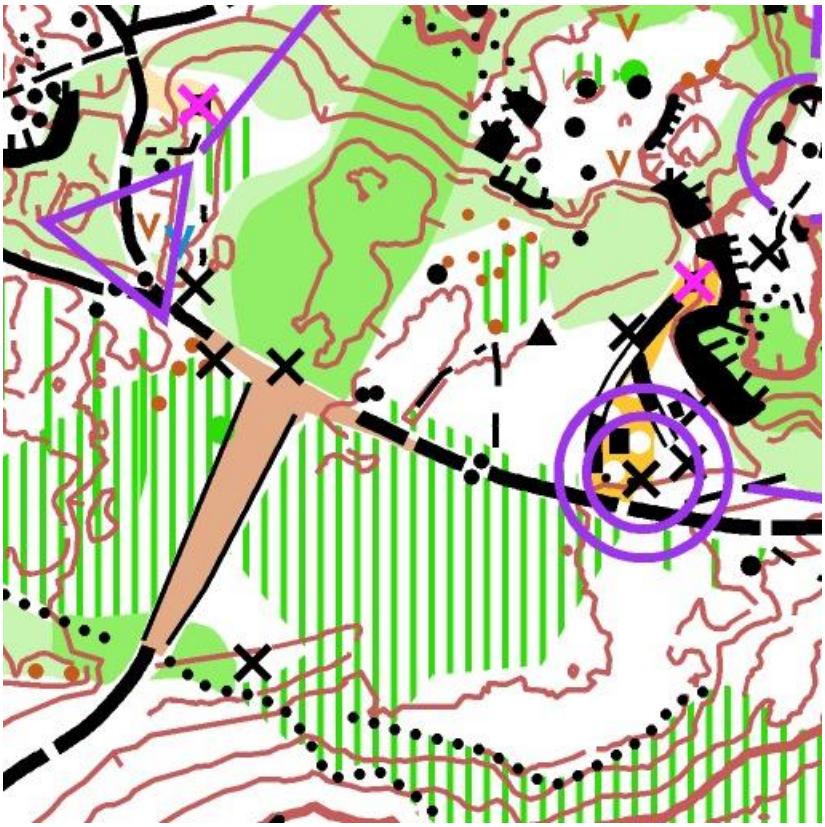
Im Ziel erhält jeder Teilnehmer einen kleinen Schokoladennikolaus

Zeitplan: **9:30 Uhr Öffnung OrgBüro**

10:30 Uhr erster Start, 11:30 letzter Start

13:30 Uhr Zielschluss

Es empfiehlt sich auf jeden Fall, vorher einmal zum Ziel und Orgbuero zu gehen. Dort kann man einen der alten Kräne sehen, die mit einem Sonderzeichen in der Karte (violettes Kreuz) abgebildet sind. Hier bekommt man auch einen guten ersten Eindruck vom Gelände.



Bahn 1 Damen/Herren 5,1Km 17 Posten
215m Steigung

Bahn 2 Damen/Herren 4,1Km 15 Posten
175m Steigung

Bahn 3 Damen/Herren 3,3Km 13 Posten
135m Steigung

Die Bahnen überkreuzen sich zum Teil. Hier sollte man konzentriert bleiben, um die korrekte Postenreihenfolge einzuhalten.

Im Felsengebiet empfiehlt es sich, die Pfade möglichst lange zu nutzen. Die Pfade können von Laub bedeckt und dadurch schlechter zu erkennen sein.

Am 29.11. herrscht vermutlich kaltes Winterwetter. In den alten Steinbrüchen ist es dann richtig kalt. Bedenkt das bei der Kleiderwahl. Die Bahnen sind so gelegt, dass man immer wieder ins Laufen kommen kann und warm wird.

Es sind die kleinen <u>Trainingsposten</u> gesetzt. Zusätzlich gibt es aber noch rote Vormarkierungsbänder. Daher sind die Postenstandorte gut zu erkennen.

Seit 15.11. ist ein <u>Wichtelweg</u> auf einem der Hauptwege aufgebaut. Es werden 65 (!!!!) Wichtelstationen sein. Bereits am OrgBüro/Ziel könnt Ihr einige dieser Wichtelstationen bewundern. Diese Stationen bitte nicht beschädigen. Auf dem Wichtelweg können vermehrt Spaziergänger mit Hunden unterwegs sein. Bitte Rücksicht nehmen.

Der Wichtelweg ist auf der Musterkarte violet hinterlegt. Die Musterkarte hängt am Orgbüro/Ziel aus..





10 solcher Kräne und 65 Wichtelstationen erwarten euch im Gelände