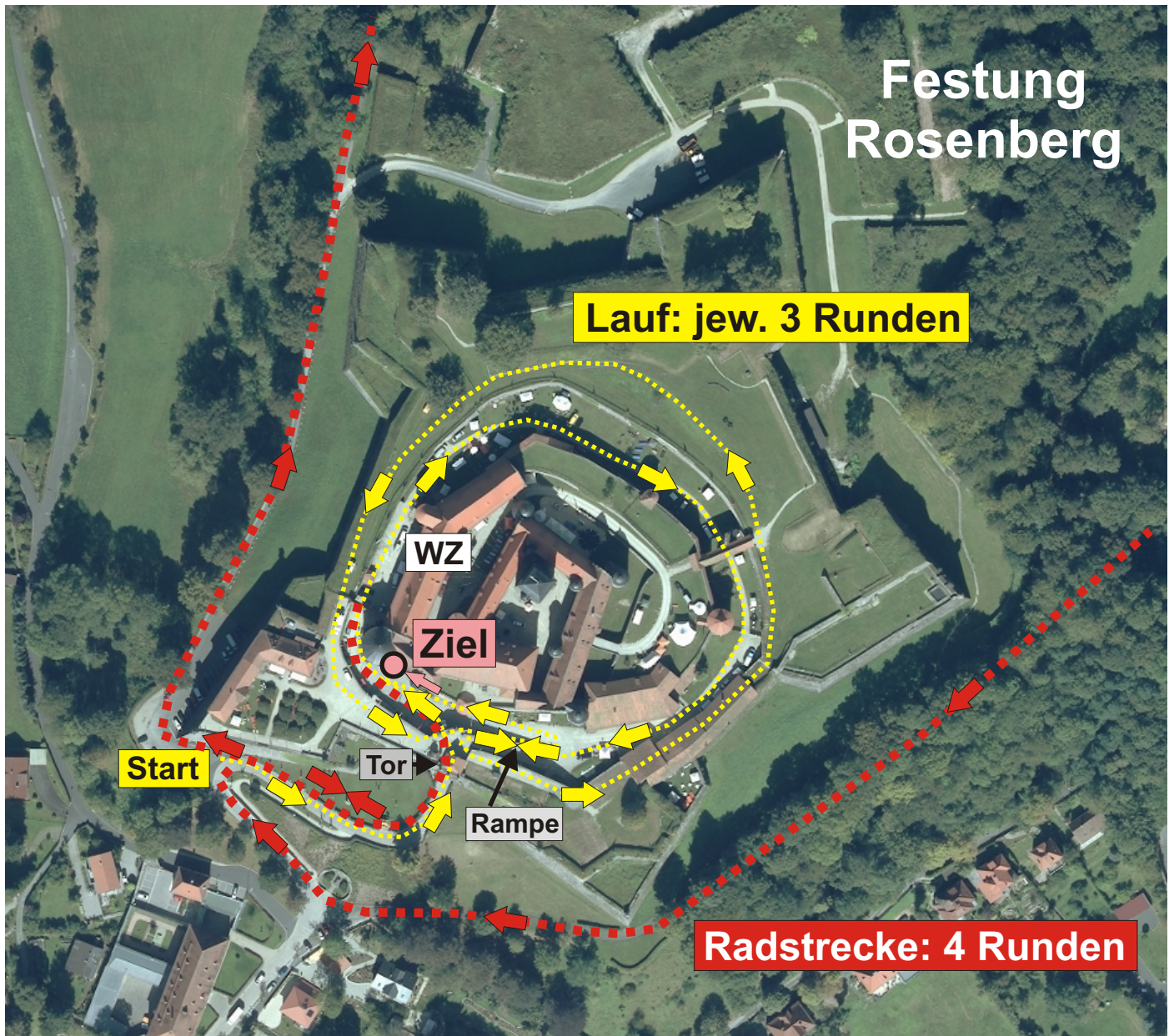


Cross-Duathlon Festung Rosenberg am 07.10.2012 in Kronach

(3 km Laufen, 20 km Radfahren, 3 km Laufen)



Hinweise zur Laufstrecke:

- Ab Start: Lauf durch das Festungstor, links halten, an der Wechselzone vorbei. Die innere Festungsanlage umrunden, dann über die Rampe hoch auf die Burgmauern. Die Festung dort wieder umrunden. Anschließend wieder über die Rampe runter Richtung Wechselzone. Nach den drei Runden folgt der Wechsel zur Radstrecke.
- Nach der Radstrecke: Ab Wechselzone folgen drei Lauf-Runden, wie oben beschrieben. Das Ziel befindet sich kurz vor der Wechselzone.

Cross-Duathlon Festung Rosenberg am 07.10.2012 in Kronach

(3 km Laufen, 20 km Radfahren, 3 km Laufen)

