STARTAUFSTELLUNG UND ZIELEINLAUF

Die Startaufstellung beginnt um 18:45 Uhr! Es gibt eine richtige Startaufstellung, bei dieser platziert ihr Euch nach eurer geschätzten Laufzeit. Findet Euren Platz im Startkanal:

- Einreihung von 4 min bis zu 8 min je km.
- Läufer:innen an den Anfang und Walker:innen an das Ende!
- Lauft im Startbereich vorsichtig und achtet auf Eure Mitläufer:innen!
- Blockstart: Eure Laufzeit wird erst gestartet, wenn Ihr die Startlinie überquert.

Zieleinlauf: Haltet die ersten 10-15 Meter nach dem Zielbogen frei für den Einlauf!
Notfallsituationen: Das DRK steht auf der Strecke und auch im Stadion für Euch bereit!
Disqualifikation: Hunde und Kinder sind im Start- und Zielkanal sowie auf der Strecke nicht erlaubt. Teilnehmer:innen werden bei Missachtung mit sofortiger Wirkung disqualifiziert!

STARTAUFSTELLUNG UND ZIELEINLAUF

Eine gegenseitige Rücksichtnahme bei der Startaufstellung und auf der Strecke sollte allen Teilnehmer:innen wichtig sein!

STARTBOGEN

EURE ZEIT WIRD ERST AB DEM ÜBER-SCHREITEN DER STARTLINIE GEMESSEN!

LÄUFER:INNEN

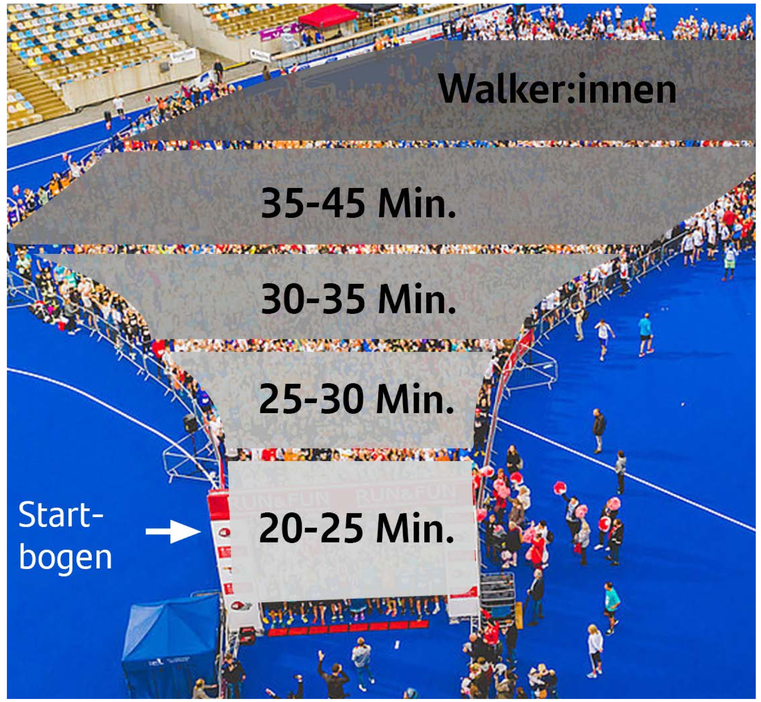
LÄUFER:INNEN SOLLEN SICH AM ODER NAH AM STARTBOGEN AUFSTELLEN.

WALKER:INNEN

WALKER:INNEN SOLLEN SICH ERST HINTEN, NACH DEN LÄUFER:INNEN, AUFSTELLEN.

SO VERMEIDEN WIR EINEN STAU!

ERST LÄUFER:INNEN - DANACH WALKER:INNEN!



AUF DER STRECKE SOLLTEN SICH WALKER:INNEN AUF DER RECHTEN SEITE DES WEGES AUFHALTEN, UM LÄUFER:INNEN DAS ÜBERHOLEN AUF DER LINKEN SEITE ZU ERMÖGLICHEN. GEBT DIESE WICHTIGE INFO AUCH AN EURE KOLLEG:INNEN WEITER!