

23. CROSS-DUATHLON DES TUS SYTHIEN

AM SAMSTAG, 09. NOVEMBER 2013



MITT KINDERDUATHLON AB 8 JAHRE

**Einladung und Ausschreibung
zum 23. Cross-Duathlon des TuS Sythen
am 09. November 2013**

über die Distanzen

3,5 km Lauf | 12,0 km MTB | 3,5 km Lauf

Kinderduathlon 1,0 km Lauf | 2,4 km MTB | 1,0 km Lauf

Veranstalter: TuS Sythen von 1923 e.V.

Start und Ziel: Jugendherberge Haltern-Sythen am Halterner Stausee.
Die Anfahrtswege sind von der Autobahnabfahrt A-43,
Halterner-Lavesum gut ausgeschildert.
In Richtung Haltern-Sythen fahren und dann den
Hinweisschildern „TuS-Lauf“ folgen.

Bitte nur die ausgewiesenen Parkplätze benutzen!

Startzeiten:	12:00 Uhr:	M/W K	U10 - U14
	12:30 Uhr:	W K M K	U16 - W60 U16 - U20 M40 - M60
	14:15 Uhr		M20 - M30

Wertung:	M/W K	U 10 - U 14	2005 - 2000 jahrgangsweise
	M/W K	U 16	1999 - 1998
	M/W K	U 18	1997 - 1996
	M/W K	U 20	1995 - 1994
	M/W	20	1993 - 1984
	M/W	30	1983 - 1974
	M/W	40	1973 - 1964
	M/W	50	1963 - 1954
	M/W	60	1953 - und älter

Mannschaftswertung: Die Mannschaftswertung erfolgt durch Zeitaddition der ersten drei Mannschaftsteilnehmer klassenübergreifend, getrennt nach Männern und Frauen. Die Startgruppen 2 und 3 werden zusammen gewertet. Beim Kinderduathlon keine Mannschaftswertung

Auszeichnungen: Urkunde, Sondergabe und eine Ergebnisliste für jeden der das Ziel erreicht. Ehrenpreise für die ersten Drei in jeder Wertungsklasse.

Wettkampfablauf: Kinderduathlon: Zuerst wird eine 1,0 km lange Strecke gelaufen. Danach wird eine große Mountainbikerunde um die Jugendherberge gefahren. Abschließend geht es nochmals auf die 1,0 km lange Laufstrecke.

Duathlon: Zuerst wird 3,5 km durch leicht kupiertes Gelände gelaufen. Nonstop geht es auf die hügelige Mountainbikestrecke rund um die Jugendherberge. Nachdem diese fünfmal durchfahren worden ist, werden anschließend nochmals 3,5 km gelaufen.

Die gesamte Wettkampfstrecke ist so angelegt, dass alle Zuschauer, Betreuer und Fans voll auf ihre Kosten kommen.

!!!Wichtig!!!: Auf dem Rad ist das Tragen eines Kopfschutzes **Pflicht !**
Es sind nur Mountainbikes erlaubt !

Startgebühren: von Jahrgang 2005-2000: 4,00 Euro
von 1999 bis 1996: 9,00 Euro
1995 und älter: 12,00 Euro

Meldungen: Schriftlich unter Angabe von: **Name, Vorname; Jahrgang und Verein** bis zum 05. November 2013 an:
helmut.wessel@tus-sythen.de
Internet: www.tus-sythen.de

Startunterlagen: Das Startgeld wird am Veranstaltungstag bei der Entgegennahme der Startunterlagen im Wettkampfbüro bezahlt. Das Wettkampfbüro befindet sich an der Jugendherberge und ist ab 9.30 Uhr geöffnet.

Nachmeldungen: Nachmeldungen werden bis 30 Minuten vor dem jeweiligen Start gegen eine zusätzliche Gebühr von 3,00 Euro angenommen.

Haftung: Veranstalter und Ausrichter übernehmen für Schadensfälle jeglicher Art keinerlei Haftung.

Umkleide/Duschen: In der Jugendherberge gibt es Umkleieräume aber keine Möglichkeit zum Duschen.

TIPP: Wer eine weitere Anfahrt vor sich hat und dennoch entspannt an den Start gehen will: in der Jugendherberge kann natürlich auch übernachtet werden. Fragt einfach direkt bei der JH unter 02364-2258 an!

Hinweis: Im TuS-Cafe werden preisgünstig Kaffee, Tee, Glühwein, leckerer Kuchen, Brötchen, Würstchen und weitere Verpflegung angeboten.

Wir wünschen allen Teilnehmern eine gute Anreise, viel Spaß und Erfolg und den mitgereisten Fans eine tolle Stimmung an der Strecke!



DER PUNKT IST DIE BERATUNG

**RP RUNNERS
POINT**