

LÄUFERINFO zum 10. Tirolcuplauf

am 27.09.2014, Kufstein

Das WKZ befindet sich in der Badeanstalt beim Hechtsee.

WC vorhanden (bitte nicht mit Spikes OL-Schuhen betreten!)

Startunterlagenausgabe: 27.09.2014 ab 13:00 Uhr im WKZ

Erste Startzeit: 14:00 Uhr, ab 14:15 freie Startzeitwahl für Schnupper und Shadowing

Weg zum Start: ca. 1.200 m, 100 Höhenmeter, Gehzeit ca. 20 min.

Der Weg vom WKZ zum Start ist dieses Mal markiert ☺

Aufwärmen nur im Bereich des Parkplatzes und am markierten Weg zum Start.

Kartenmaßstab für alle Kategorien: 1:10 000, Äquidistanz 5m,

Postenbeschreibung: am Start und auf der Laufkarte

Bahndaten:	Posten	Länge	Höhenmeter	Kartenmaßstab
Schnupper	7	1,1 km	35 m	1:10.000
Shadowing	7	1,1 km	35 m	1:10.000
D -12	7	1,6 km	15 m	1:10.000
H -12-	9	1,6 km	25 m	1:10.000
D 13-14	9	1,6 km	25 m	1:10.000
H 13-14	10	2,1 km	60 m	1:10.000
D 15-18	10	2,1 km	60 m	1:10.000
H 15-18	14	2,8 km	90 m	1:10.000
D 19-	18	3,5 km	145 m	1:10.000
H19-	22	3,9 km	210 m	1:10.000
D 35-	19	3,3 km	110 m	1:10.000
H 35-	18	3,5 km	145 m	1:10.000
D 50-	14	2,8 km	90 m	1:10.000
H 50-	19	3,3 km	110 m	1:10.000
D Off	14	2,8 km	90 m	1:10.000
H Off	19	3,3 km	110 m	1:10.000

Achtung: Im Wald sind viele Posten → Nummern beachten!

Braune X auf der Karte - bedeuten Wurzelstock.

Verpflegung: Getränke für Läufer im Ziel

Siegerehrung: nach dem Wettkampf (ca.16:00 Uhr) gesunde Sachpreise für die Erstplatzierten und für alle ShadowerInnen

Das Veranstalterteam wünscht allen einen erfolgreichen Wettkampf!