

Wichtige Infos zum Trainingstag in Fusine/Italien Sonntag, 10. September 2023

Vormittageinheit: Fusine Sud - Langdistanz
Treffpunkt: N 46.473949, E 13.670528, Lago di Fusine Superiore, Wiese nördlich des Parkplatzes
Kartenausgabe/Start: Ab 10.00 Uhr
Bahnen:

Bahn	Länge (m)	HM
Kurz	2.800	100
Mittel	4.200	180
Lang	5.700	250

Hinweise: Weidevieh ist im ganzen Gebiet anzutreffen – Vorsicht! Maut ca. EUR 5,-!
Generell: Wechsel zwischen Groborientieren auf längeren Routen mit hohem Lauftempo und Übergang in feinstrukturiertes Gelände kann hier super trainiert werden! Temporeduktion, genaues Kartenlesen (vorausschauend!), Checkpunkte abarbeiten... Vorsicht im Felssturzgebiet – Schritte sorgfältig wählen, teilweise gibt es tiefe Spalten zwischen den Felsblöcken!

Nachmittageinheit: Fusine Nord - Mitteldistanz
Treffpunkt: N 46.473949, E 13.670528, Lago di Fusine Superiore, Wiese nördlich des Parkplatzes
Kartenausgabe/Start: Ab 14.30 Uhr
Bahnen:

Bahn	Länge (m)	HM
Kurz	1.900	70
Mittel	2.400	110
Lang	3.100	150

Hinweise: **Durchgängig Felssturzgebiet** – hohe Verletzungsgefahr für Sprunggelenke, Tape-Stützverband o.ä. empfohlen! **ACHTUNG:** im Schlussteil befindet sich ein **Sperrgebiet**, das nicht belaufen werden darf – Felsspalten mit 10 bis 15 Metern Tiefe zwischen den Felsblöcken bedeuten **absolute Lebensgefahr!** **Neuer Weg bei Posten 2 (alle Bahnen!)**

Haftungsausschluss: Jeder Teilnehmer*in startet auf eigene Gefahr! Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für aufgetretene Schäden jeder Art.

