

FES-10-Freunde-Triathlon

Termin:

17.09.2023 - 11 Uhr

Ort:

Wildenbruch am Seddiner See

1. Teilnehmer und Familie etc. ab **9.30** Uhr, **Villa Schmidt (VS)**, GPS Daten s. Ordner
2. Start **11** Uhr, vorher erfolgt Einweisung in Streckenverläufe
3. Meldungen bei Steffen, André oder Torsten ab sofort bis **8.9.23**,
Nachmeldungen bis 17.09.2023 - **10.50** Uhr vor Ort ist möglich
4. Kosten: keine, weil wir dieses Mal keine Straßensperrungen durch die Polizei vornehmen werden. Wer unterwegs medizinische Hilfe braucht, wendet sich entweder an die einheimische Bevölkerung oder hat sein Mobiltelefon dabei, stellenweise ist Netz vorhanden.
5. Zeitnahme durch jeden Teilnehmer selbst

Versorgung

An der Strecke gibt es nur einen Getränkestützpunkt im Bereich des Eingangs zum Golfplatz, bei hohen Temperaturen erfolgt eine weitere Versorgung auf der Laufstrecke.

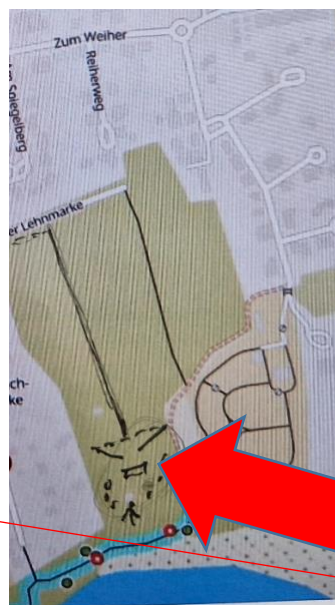
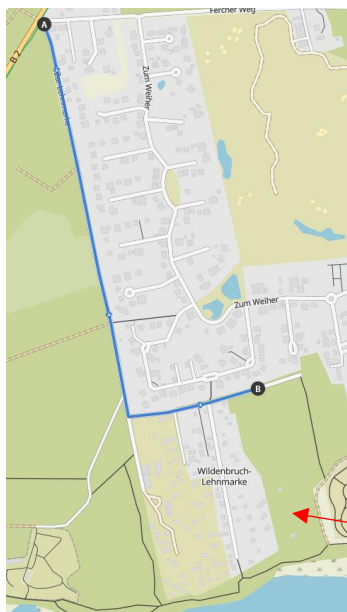
Nach Ende des Triathlons gibt es Spirelli mit Tomatensoße und Grillgut (Wurst + Fleisch, wer Grillspezialwünsche hat bringt das am besten einfach mit)

Für Kaltgetränke wird gesorgt. (Wasser, Cola, Bier mit und ohne Alkohol, Eierlikör)

Anfahrt:

Pkw: Anfahrt aus Michendorf mit dem Pkw über die B2 Richtung Beelitz

Öffentlich: mit dem RE7 bis Michendorf oder Seddin und dann warmfahren mit dem Rad



Villa Schmidt,
nicht in Google Maps
eingezeichnet

Schwimmen

Startschuss erfolgt an VS, geschwommen wird ein Rundkurs von ca. 400 m auf dem Seddiner See. Der Rundkurs wird durch Bojen und Strand gekennzeichnet. Rettungsschwimmer ist anwesend. Alle werden zum Strand geführt.

Rad fahren

1 Runde a 20 km (s. Screenshot oder gpx-Datei), Einweisung vor Ort

Fahrräder stehen an der Villa Schmidt.

Die Tour geht eine Runde um den Seddiner See

VS – durch den Wald Richtung Golfplatz (Laufstrecke) – am Golfplatz vorbei Richtung B2 und entlang der B2 auf dem Radweg Richtung Beelitz bis zum Kähnsdorfer Weg– diesen entlang bis Kähnsdorf (teilweise unbefestigt mit Schotter oder Sand) – Fresdorf – entlang der Luckenwalder Straße nach Wildenbruch–durch Wildenbruch zum Eingang Golfplatz–entlang des Fercher Wegs bis zur Straße Zum Weiher– abbiegen nach links in Zum Weiher bis Wechselstelle–dort sichern Helfer die Fahrräder oder bringen sie zurück zur VS

Es gibt keine abgesperrten Strecken oder eine Streckensicherung, wir bewegen uns im öffentlichen Verkehr und es gilt die Straßenverkehrsordnung, wir fahren Alle an dem Tag rein zufällig auf der gleichen Strecke



TOURENPROFIL



WEGTYPEN

- Singletrail: 100 m
- Weg: 2,23 km
- Fahrradweg: 1,84 km
- Nebenstraße: 5,81 km
- Straße: 5,30 km
- Bundesstraße: 4,63 km

WEGBESCHAFFENHEIT

- Loser Untergrund: 3,96 km
- Fester Kies: 586 m
- Pflaster: 214 m
- Straßenbelag: 3,37 km
- Asphalt: 11,8 km

!! Bitte beachtet bei der Radauswahl, dass es Bereiche mit Schotter gibt!!

Laufen

ab Eingang Golfplatz nach Wildenbruch, um den Marktplatz und zurück über Golfplatz ins Ziel

Der Lauf geht einmal hin und zurück über das Gelände des Golfplatzes, auch dort sind wir ganz normale Jogger ohne Anspruch auf eine freie Strecke oder Sonderbehandlung, wir sind nur zu Gast!!



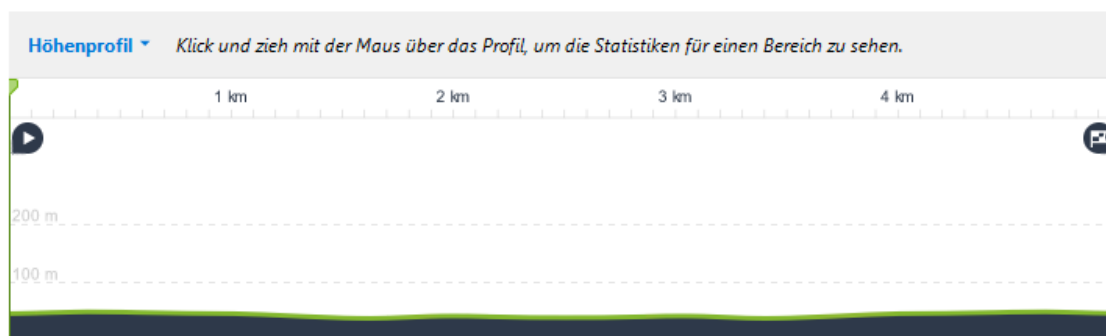
Map data © OpenStreetMap-Mitwirkende

Michendorf Laufen

Leicht ⌚ 00:31 ↔ 4,98 km ⌀ 9,7 km/h ↗ 20 m ↘ 20 m

Leichte Laufstrecke. Für alle Fitnesslevel. Überwiegend befestigte Wege. Kein besonderes Können erforderlich.

TOURENPROFIL



WEGTYPEN



- **Weg:** 3,43 km
- **Nebenstraße:** 1,55 km

WEGBESCHAFFENHEIT



- **Loser Untergrund:** 3,43 km
- **Befestigter Weg:** 867 m
- **Asphalt:** 655 m
- **Unbekannt:** < 100 m