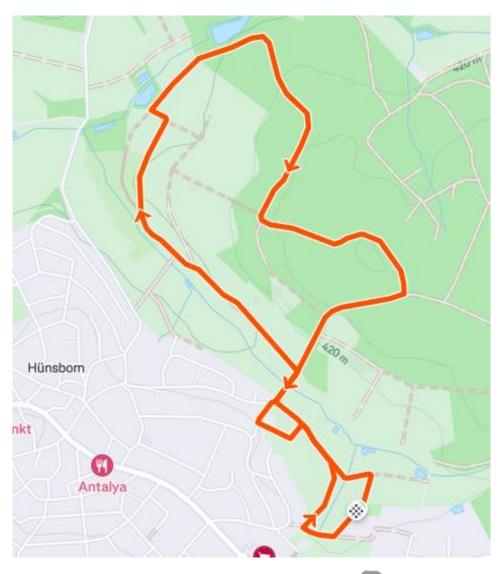
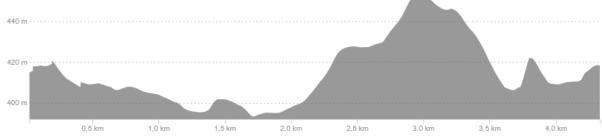


## **Kurzdistanz KD – Einzel & Staffel**

Format	Zielgruppe	Distanz	Distanz LAUFEN 1	Distanz RAD	Distanz LAUFEN 2
Einzel	Jedermann / AK	Kurzdistanz	8,8 km	30 km	4,6km
Staffel	Jedermann / AK	Kurzdistanz	8,8 km	30 km	4,6km

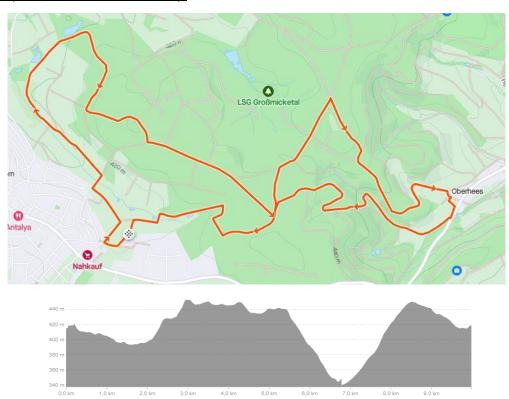
## 1. Lauf (2 Runden á ca. 80hm):







## Radfahren (3 Runden á ca. 200hm):



## 2. Lauf (1 Runde á ca. 80hm):

