

Laufstrecken Nikolaus-Crosslauf

kleine Runde (Schüler): ca. 700 m, 1 kleines/r Gefälle/Anstieg

mittlere Runde (Frauen, Jugend, Hobby): ca. 1650 m,
anspruchsvolle Strecke mit 2 starken Gefällen/Anstiege (s. Höhenprofil);
Höhenmeter pro Runde ca. 90 m;

große Runde (Männer): ca. 2150 m
Anspruchsvolle Strecke mit 2 starken Gefällen/Anstiege (s. Höhenprofil);
Höhenmeter pro Runde ca. 100 m;

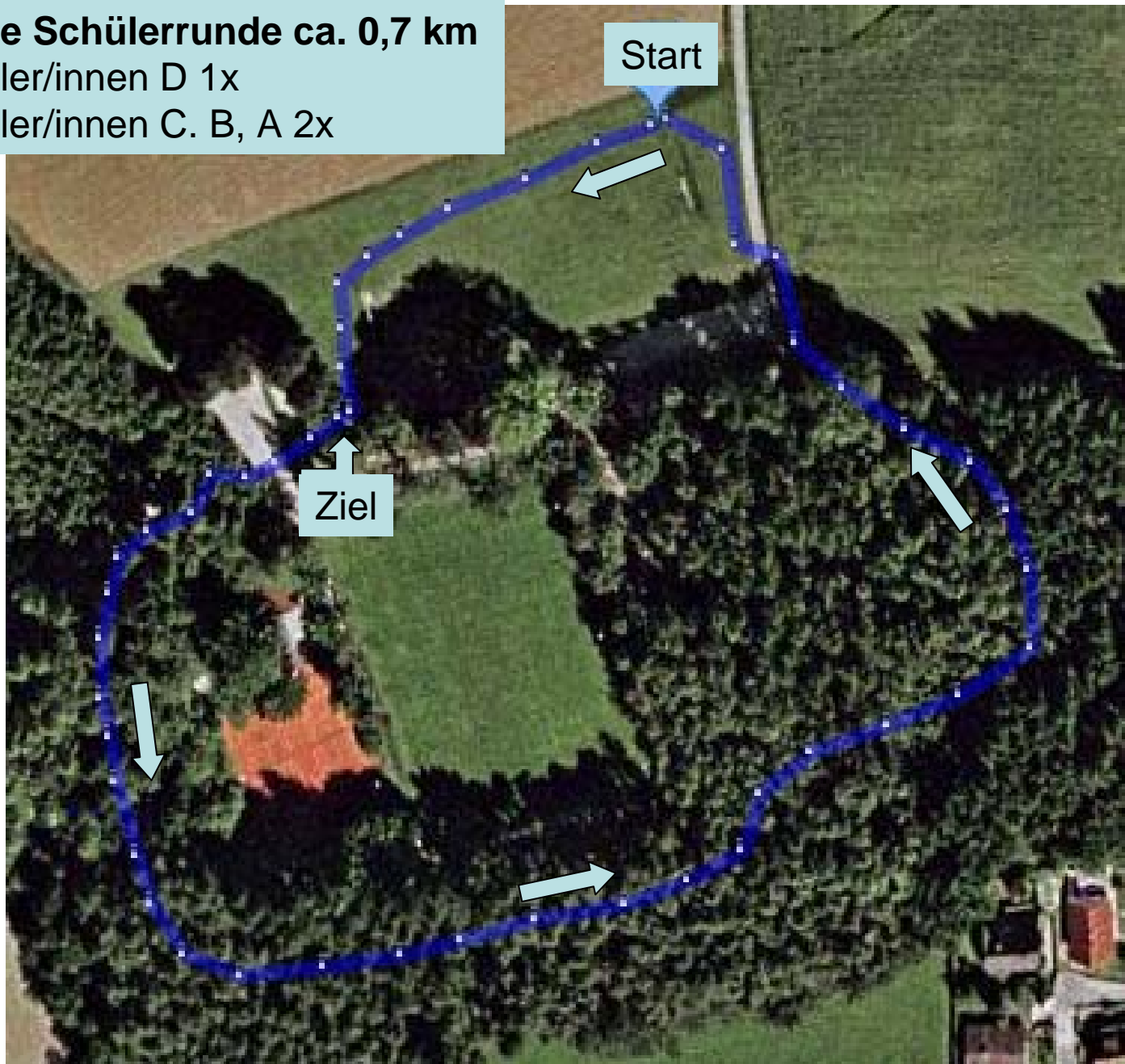
Fast 100 % Wiese, Wald- und Wanderwege (laufen mit Spikes möglich !)
(2 Straßen müssen überquert werden)

Entfernung zwischen Start und Ziel ca. 130m

kleine Schülerrunde ca. 0,7 km

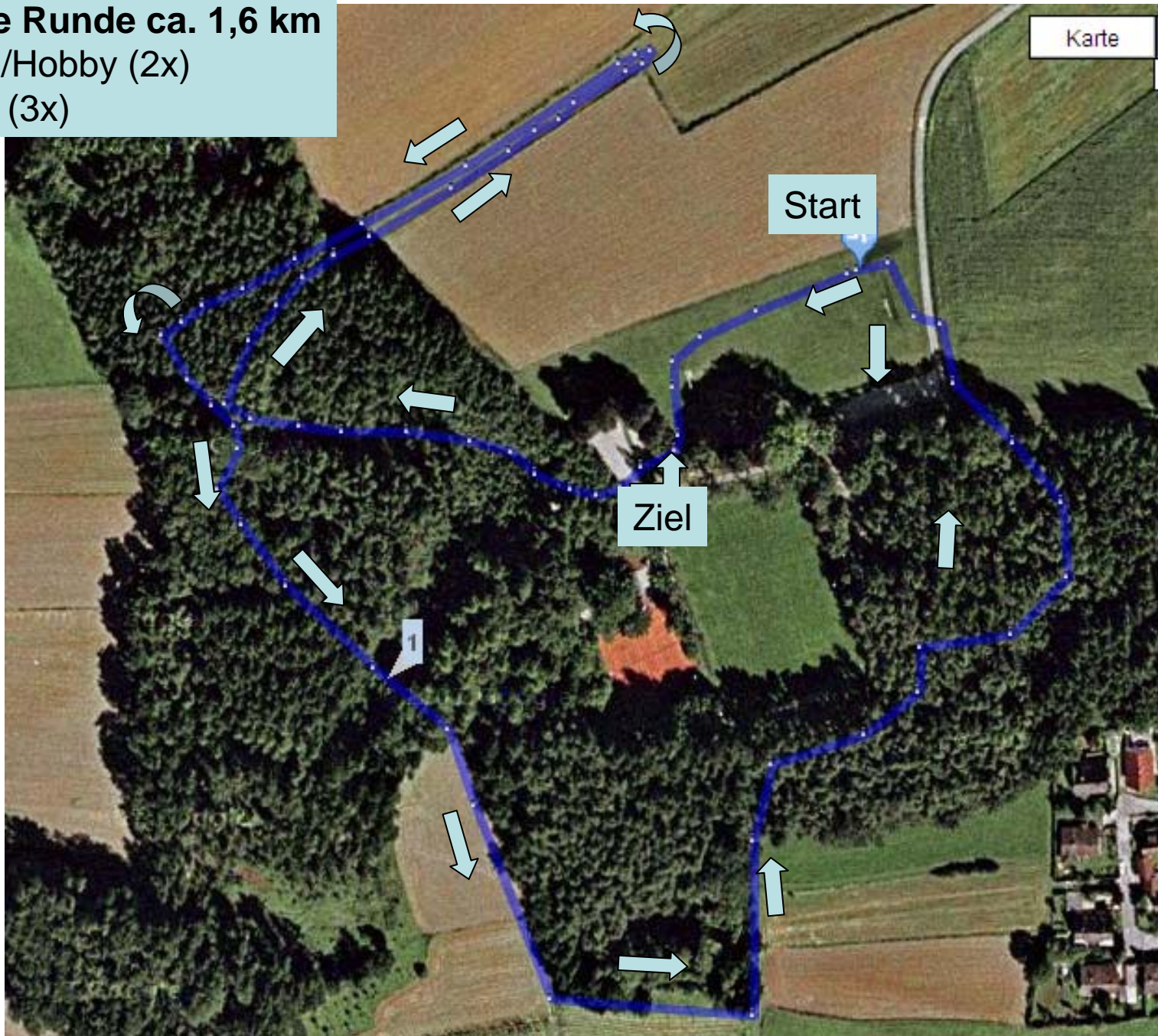
Schüler/innen D 1x

Schüler/innen C. B, A 2x



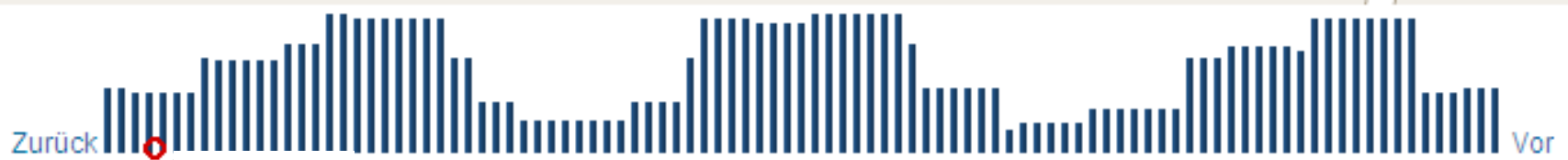
Mittlere Runde ca. 1,6 km
Jugend/Hobby (2x)
Frauen (3x)

Karte



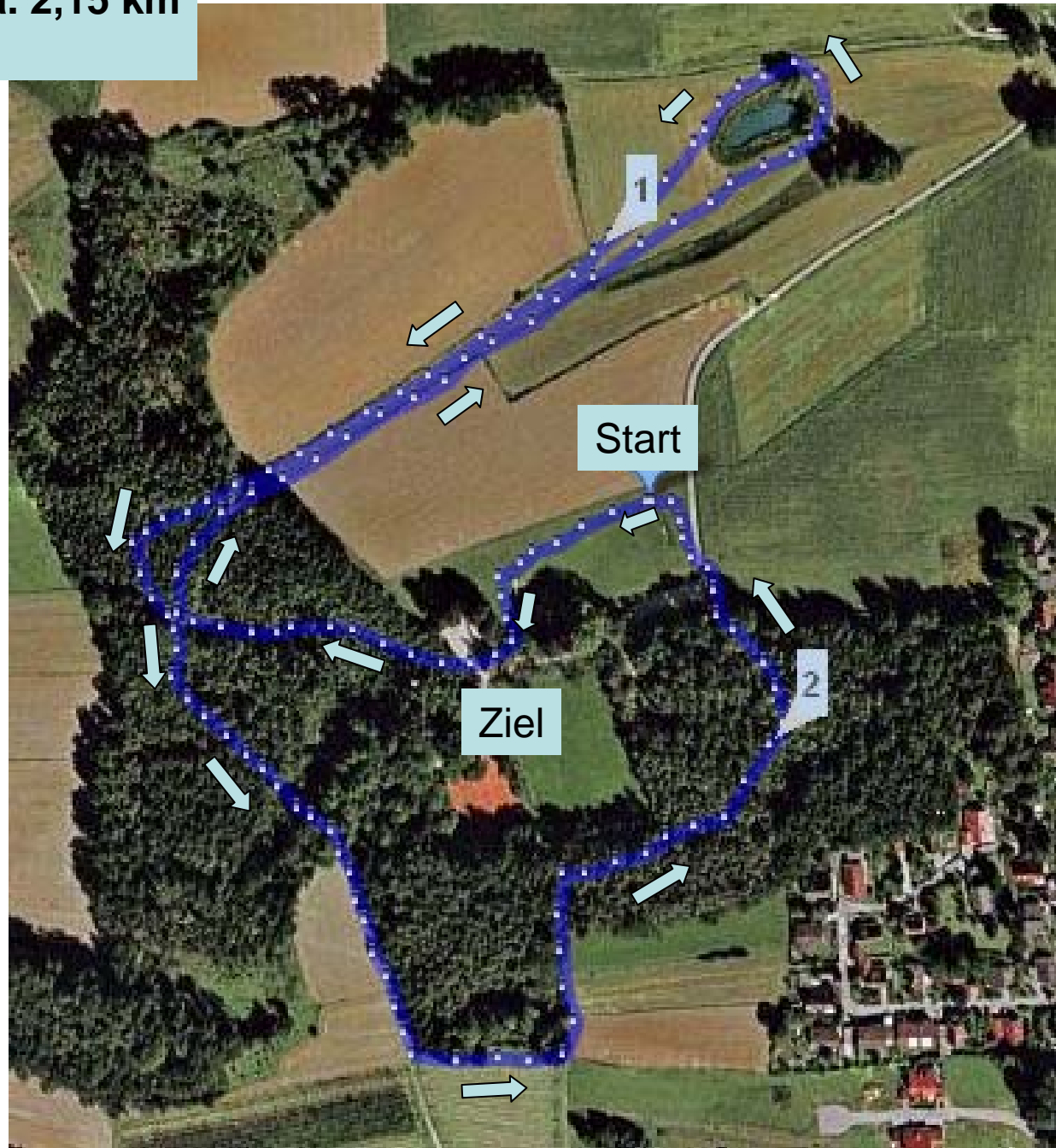
Mittlere Runde ca. 1,6 km
Jugend/Hobby (2x)
Frauen (3x)

Höhenprofil



maximale Höhendifferenz	33 m
Höhenmeter	+88 / -88
Streckenname	OBB-MSch-2009-Großrunde

Große Runde ca. 2,15 km
Männer (3x)



Große Runde ca. 2,15 km
Männer (3x)

Höhenprofil



maximale Höhendifferenz	42 m
Höhenmeter	+98 / -98
Streckenname	Obb-Cross-MSch-2009-Großrunde-
Streckenlänge	2168.63