

# 14. Vitalis-Sprint-Cross-Duathlon Klein Kreuz

3 km Laufen - 12 km Rad – 3 km Laufen

**Termin:** Samstag, 18. November 2023

**Ort:** Klein Kreuz - Sportplatzgelände SG „Grün-Weiß Klein Kreuz“ e.V.  
(Start / Ziel und Wechsellpunkt)

**Zeit:** Start: 11:00 Uhr

**Veranstalter:** Vitalis Gesund und Fit e.V.  
14776 Brandenburg, Kirchhofstraße 3 – 7  
Ansprechpartner: Hendrik Ulbrich  
Tel: 03381-799190  
Fax: 03381-7991923  
[Ulbrich@vitalis-brandenburg.de](mailto:Ulbrich@vitalis-brandenburg.de)

**Streckenlänge:** 3 km Lauf – 12 km Rad – 3 km Lauf

**Wertung:** Einzelstarter Männer / Frauen - Altersklassen offen  
Mixed jeweils ein Mann und eine Frau - Altersklassen offen  
Staffel best. aus 2 Startern (1 Läufer / 1 Radfahrer) - AK offen

**Startgebühren:** Einzelstarter - 5 Euro / Staffel - 8 Euro

**Anmeldung:** **E-Mail bis 12.11.2023** an [ulbrich@vitalis-brandenburg.de](mailto:ulbrich@vitalis-brandenburg.de)  
(gültig mit eingegangener Überweisung)

Nachmeldungen sind am Veranstaltungstag bis 30 min. vor dem Start möglich  
(2 € Aufschlag)

**Kontodaten:** Kontoinhaber: **Vitalis Gesund und Fit e.V.**  
IBAN: DE89 1606 2073 0005 9365 43  
BIC: GENODEF1BRB  
Bank: Brandenburger Bank  
Verw. Zweck: Vitalis Cross Duathlon / Name Starter bzw. Staffel

**PayPal:** [hendrik.ulbrich@gmx.de](mailto:hendrik.ulbrich@gmx.de)

## Wettkampfinformationen:

Der Vitalis-Cross-Duathlon soll allen, die ihre Beine auch im Herbst/Winter nicht stillhalten können und Fit in die kommende Saison starten möchten, die Möglichkeit bieten sich mit Gleichgesinnten im freundlich fairen Wettstreit zu messen. Willkommen sind Ruhelose aus allen Sportbereichen, Freizeitsportler und andere Ambitionierte.  
Der Vitalis-Cross-Duathlon findet auf unbefestigten Wegen, in leicht profiliertem Gelände, auf einer gekennzeichneten Rad- und Laufstrecke rund um den Fuchsbruch in Klein Kreuz statt. Dieser Kurs ist für Jedermann auf einem geländegängigen Fahrrad (MTB, Crossrad) ohne Probleme zu bewältigen. Das Tragen eines Helms ist Pflicht. Für ein gemütliches Drumherum wird natürlich gesorgt sein. Auf dem Sportplatzgelände der SG Klein Kreuz habt ihr die Möglichkeit euch umzuziehen, vorzubereiten, aufzuwärmen oder eure Fans und Betreuer an unserem betreuten Kuchenbuffet abzugeben. Die Siegerehrung wird im Rahmen einer gemütlichen Runde bei Getränken und Essen stattfinden.

*Wir freuen uns auf Euch, das Organisationsteam.*