



Run & Bike (21,1km)

Run & Bike - Das neue Teamerlebnis

Der Run & Bike ist eine Sportveranstaltung für 2er-Teams (männlich, weiblich, mixed) mit einem Fahrrad. Läufer und Radfahrer bewältigen **gemeinsam** die Strecke. Einer läuft, einer fährt Rad. Dabei können sie sich jederzeit und beliebig oft auf dem Rad abwechseln. Der Radwechsel erfolgt direkt: Das Rad muss von Hand zu Hand gereicht werden und darf nicht abgestellt sein. Das Fahrrad darf immer nur eine Person transportieren. Die Athleten müssen sich permanent in Sichtweite zueinander (max. 10 m Abstand) befinden.

Die Läufer*innen stehen an der Startlinie in der Breitenbacher Straße in Richtung Weilersbach, die Radfahrer*innen warten ca. 300 m entfernt am Parkplatz des Orthopädie Forums auf ihren Partner*in. Nach dem Startschuss schließen sich die Radfahrer ihrem laufenden Teampartner an.

Jeder Teilnehmer des Teams trägt eine eigene Startnummer mit Zeitmesschip. Die Startnummer ist auf der Brust zu befestigen. Der Zieleinlauf des Teams muss **gemeinsam** erfolgen (max. 10 Sek. Differenz), es gilt die gemessene Zeit des 2. Teilnehmers, der die Ziellinie überschreitet.

Die Run & Bike-Strecke führt von Ebermannstadt Richtung Forchheim auf der autofreien B470 bis zum Wendepunkt bei Weilersbach (5 km). Dort erfolgt die erste Wende und es geht zurück nach Ebermannstadt. Nach dem Überlaufen der 10km-Matten in Ebermannstadt folgen die Sportler der B 470 bis zur erneuten Wende kurz hinter Streitberg. Dann geht es zurück nach Ebermannstadt, wo nach 21,1 km das Ziel erreicht wird.

Für den Rad fahrenden Athleten besteht Helmpflicht! Teilnehmer ohne Helm werden zum Wettkampf nicht zugelassen. Die Benutzung von Pedelecs, E-Bikes etc. inklusive Akkus ist unzulässig.

Teilnahmeberechtigt sind Erwachsene und Jugendliche ab Jahrgang 2007. Es gilt die Straßenverkehrsordnung und das Gebot der gegenseitigen Rücksichtnahme.