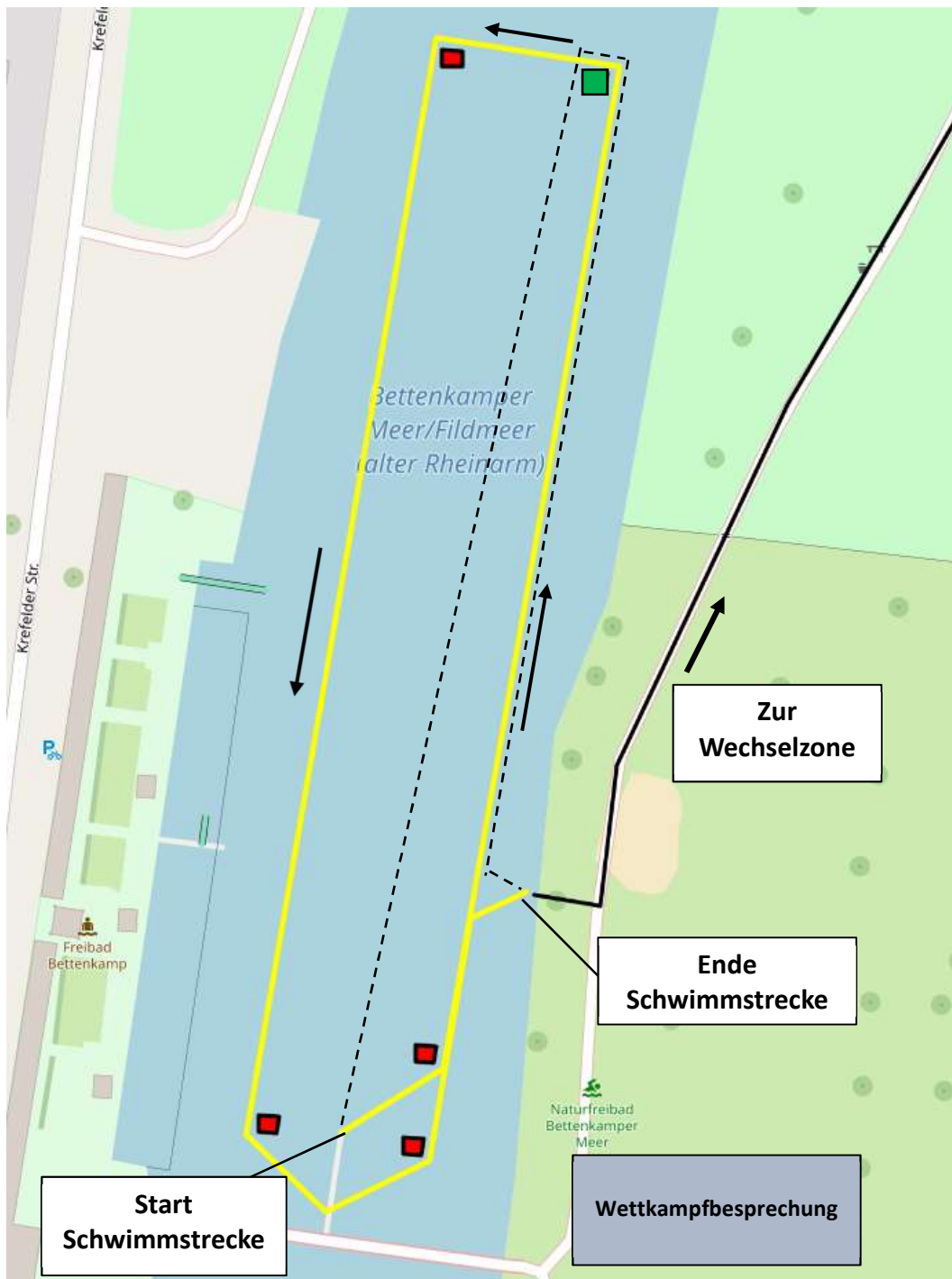


## Schwimmstrecke – Bettenkamper Meer

Das Schwimmen findet im Bettenkamper Meer statt. Das Bettenkamper Meer ist ein Naturfreibad (Freiwasser). Durch Bojen ist ein 400 Meter langer Rundkurs markiert. Für die Sprintdistanz wird eine Runde geschwommen (gelbe Linie - 400 Meter). Für die Kurzdistanz werden zwei Runden geschwommen (800 Meter). Teilnehmende der Enni Fitnessdistanz schwimmen einmal vom Steg bis zur grünen Boje und anschließend zum Schwimmausstieg (schwarze gestrichelte Linie – 250 Meter).



## Radstrecke

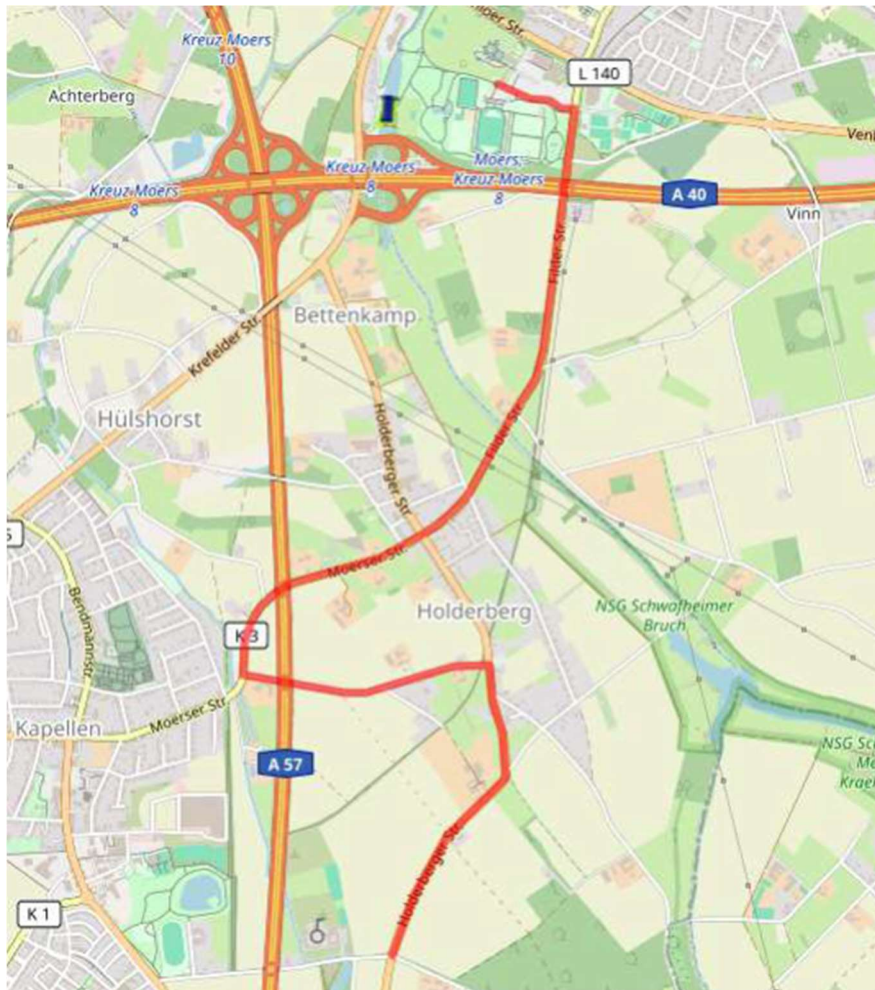
Die Radstrecke (rot) verläuft von der Wechselzone über den Parkplatz bis zur Filder Straße. Auf der Filder Straße verläuft die Strecke weiter Richtung Süden, nach Moers Holderberg. In Holderberg geht es geradeaus weiter auf der Moerser Straße und anschließend nach links auf die Wilhelm-Anlahr Straße. Am Ende der Straße geht es rechts auf die Holderberger Straße und auf dieser weiter bis zum Wendepunkt an der Kreuzung Holderberger Straße / Lauersforter Straße. Hier fahren die Teilnehmenden um die Verkehrsinsel und fahren die Runde anschließend auf gleichem Weg zurück. Der zweite Wendepunkt, welcher die zweite Runde einläutet, befindet sich an der Einmündung der Vinner Straße in die Filder Straße. Eine Runde hat eine Länge von 9 km. Der Weg von der Wechselzone bis zum Wendepunkt beträgt zusätzlich insgesamt 1 km (Hin- und Rückweg). Die komplette Strecke ist während des Wettkampfs beidseitig gesperrt.

Auf diese Weise werden folgende Distanzen absolviert:

Enni Fitness-Distanz:  $1 \times 9 \text{ km} + 1 \text{ km} = 10 \text{ km}$

Sprint-Distanz:  $2 \times 9 \text{ km} + 1 \text{ km} = 19 \text{ km}$

Kurz-Distanz:  $4 \times 9 \text{ km} + 1 \text{ km} = 37 \text{ km}$



## Laufstrecke

Die Laufstrecke (blau) führt von der Wechselzone auf die Großsportanlage Filder Benden. Dort laufen die Teilnehmenden zunächst eine Runde auf der Tartanbahn, passieren anschließend die Verpflegungsstelle und wechseln dann in den Parkbereich um die Sportanlage. Hier geht es auf Sand-/Parkwegen um die Sportanlagen und anschließend zurück zum Start. Am Ende der Tartanbahn gibt es eine Weggabelung. Nach rechts geht es auf die Laufstrecke für die Runden 1-4. Nach Vollendung der jeweiligen Rundenzahl biegen die Teilnehmenden an der Gabelung links ab und laufen dort ins Ziel.

Auf diese Weise werden folgende Distanzen absolviert:

Enni Fitness-Distanz: ca. 3 km

Sprint-Distanz: ca. 5 km

Kurz-Distanz: ca. 10 km

