

STRECKEN INFO



Streckenangaben
44 Kilometer
1400 Höhenmeter

Wechsel Schwimmen > Bike
ab 07:30 Uhr

Zielankunft
ab 09:40 Uhr

Kontrollschluss
15:45 Uhr

Besondere Stellen

- ① Bahnunterführung & schmale Stelle: Fahrverbot.
- ② Töffblutspende am Glaubenberg: Tempo dosieren, vorsichtig fahren. Den Weisungen der VK und den Markierungen ist zwingend Folge zu leisten.
- ③ Paralleler Streckenverlauf mit Velo: Vom Berghotel Langis bis Abzweigung Glaubenbergstrasse (Kilometer 25.5 bis 26.3) verläuft die Bikestrecke auf der gleichen Strasse wie die Velostrecke. Bitte Rücksicht nehmen.
- ④ Abzweigung: Die Bikestrecke führt nach links, die Velostrecke geradeaus. Jeder Athlet ist selbst dafür verantwortlich, dass er die korrekte Abzweigung nimmt.

SARNEN SEEFELD START

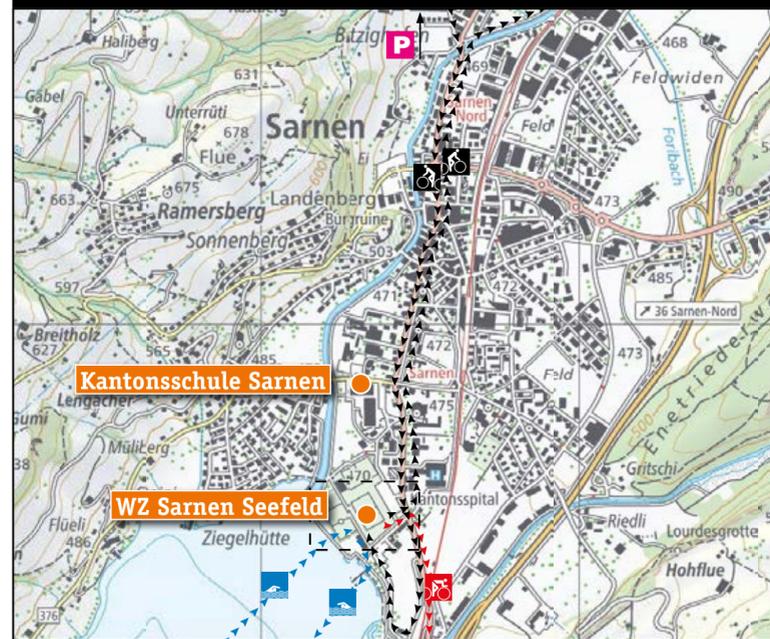



SARNEN SEEFELD ZIEL



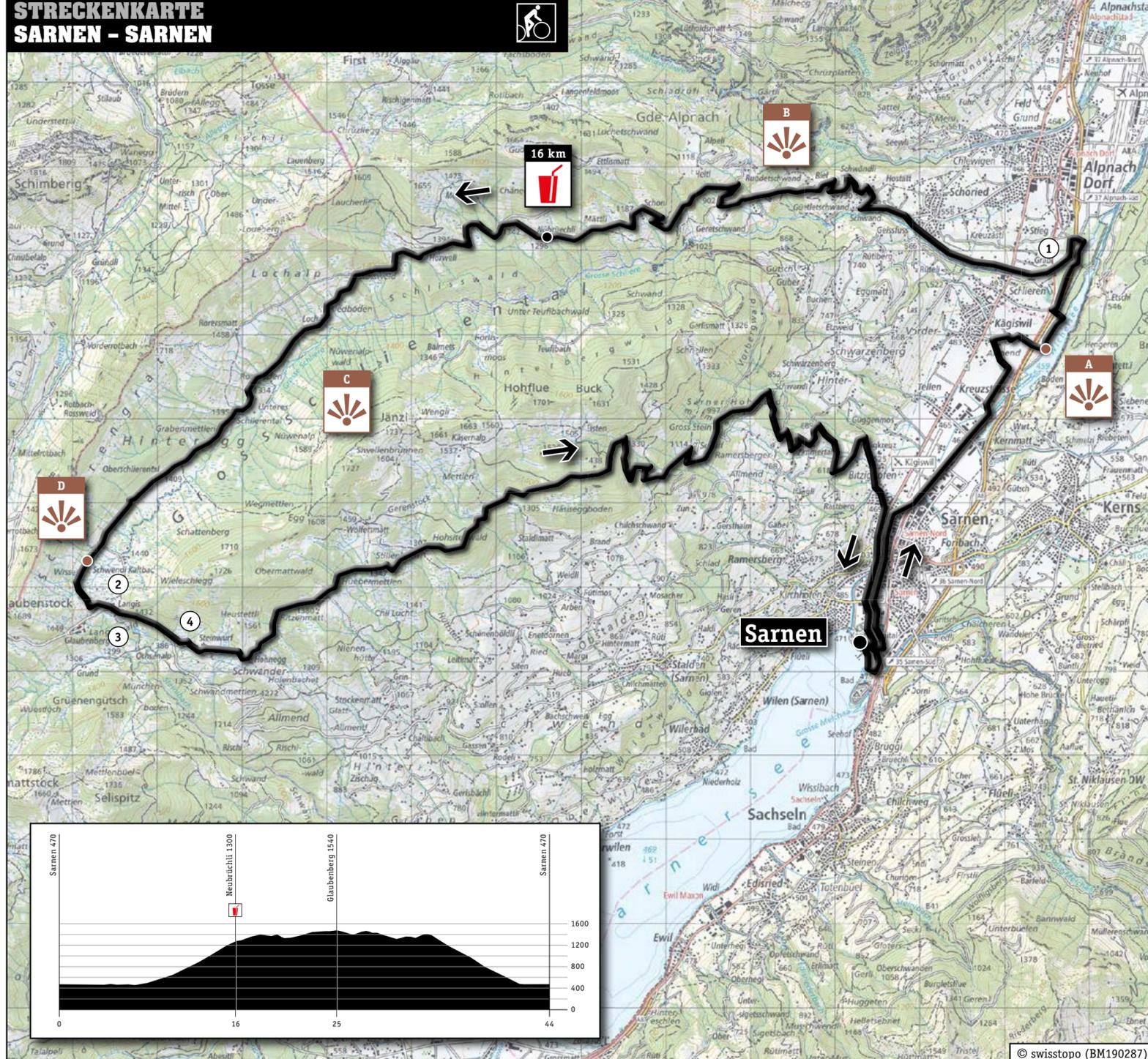

SARNEN ÜBERSICHT





Auf dem Bike wird zu Beginn die wuchtige Felspyramide des Pilatus die ganze Aufmerksamkeit auf sich ziehen. Ganz so hoch hinaus wird es nicht gehen, aber in Alpnach wartet nicht die Zahnradbahn auf die Biker, sondern happige 1000 Höhenmeter Aufstieg. Die ersten acht Kilometer bis dorthin lassen von der Topographie und dem Strassenbelag zwar noch eher an eine Slow-up-Veranstaltung als an den Gigathlon denken. Doch die Idylle am Wichelsee ist trügerisch und die Autobahn hier unten am Talboden sollte nicht dazu verleiten, unnötig Energien zu verpuffen. Die nächsten dreizehn Kilometer kennt die Strecke nämlich nur eine Richtung – gnadenlos nach oben. Auf 1400 m ü. M. angelangt, folgt jedoch keine erlösende Talfahrt, sondern die Strecke verläuft auf den nächsten 13 Kilometern konstant auf einer Höhenlage zwischen 1300 und 1500 m ü. M., umrundet den Schatzenberg und lässt über die Wiesen und durch die Wälder kaum Zeit für eine Atempause. Die Muskeln werden strapaziert und Geschicklichkeit ist gefordert, um nicht aus dem Tritt zu geraten. Wie das Streckenprofil deutlich zeigt, sind auf den letzten Kilometern bei der Abfahrt hinunter nach Sarnen dann weniger starke Beinmuskeln als kräftige Hände, um die Geschwindigkeit im Zaum zu halten. Der zwei Kilometer lange Endspurt durch Sarnen wird gerade ausreichen, um die glühenden Bremsseiben abzukühlen und schon lange vor der Wechselzone ein strahlendes Lachen ins Gesicht zu zaubern.

STRECKENKARTE SARNEN – SARNEN

TAGESABLAUF CONCLUSIVE SUNDAY, 30. JUNI 2019

Disziplinen	Ort	Start	Erw. erster Gigathlet	Sammelstart	Kontrollschluss
Inline / Laufen	Kantonsschule Sarnen	Jagdstart 5:30 Uhr Start Single/Couple 6:30 Uhr Start Team of Five 7:00 Uhr			
Inline/Laufen – Schwimmen	Sarnen Seefeld	6:45 Uhr			10:00 Uhr
Schwimmen – Bike	Sarnen Seefeld	7:30 Uhr			11:30 Uhr
Bike – Velo	Sarnen Seefeld	9:40 Uhr	ToF: 15:15 Uhr		15:45 Uhr
Velo – Trailrun	Sarnen Seefeld	12:00 Uhr			20:15 Uhr
Ziel Trailrun	Kantonsschule Sarnen	13:20 Uhr			23:00 Uhr

HIGHLIGHTS UNTERWEGS



- A Wichelsee
- B Blick zurück Richtung Alpnach/Alpnachersee
- C Grossschlierental
- D Schwendi Kaltbad

LOGISTIK & TRANSPORTE

Anreise
Der Biker geht zu Fuss vom Camp/Zentralort Sarnen in die Wechselzone Sarnen Seefeld. Das Bike wird zuerst im Velo/Bike-Park deponiert.

Effekten
Der Biker transportiert seine Effekten selbst vom Zentralort Sarnen in die Wechselzone Sarnen Seefeld und wieder zurück.

Duschen
Die Duschen befinden sich am Zentralort bei der Kantonsschule Sarnen.

Rückreise
Sobald der Trailrunner gestartet ist, gehen alle anderen Teammitglieder/Supporter zum Ziel bei der Kantonsschule Sarnen.

Velo/Bike-Park
Am Zentralort unmittelbar bei der Wechselzone steht für die Gigathleten ein Velo/Bike-Park zur Verfügung, dieser ist bewacht. Die Abgabe und Herausgabe von Velos/Bikes ist nur mit angebrachter Startnummer am Velo/Bike sowie dem passenden Handgelenkbändel/Supporter-Akkreditierung möglich.
Wichtig: Aus Platzgründen ist es notwendig, dass die Velos/Bikes im Velo/Bike-Park deponiert werden, bis sie zum Einsatz kommen. Das dauerhafte Deponieren der Velos/Bikes in den Übergabebereichen der Wechselzone ist nicht gestattet.

Zentralort




SONNTAG 30.6.2019



Key Moments



