



## Regio Cup Duathlon Wallisellen - Zeitplan und Ablauf

Samstag, 31. Mai 2014

Von	Bis	Aufgabe	Ort	Bemerkung
10:30	11:30	Registrierung / Bodymarking Regio Cup Athleten	Laufbahn - Südseite	Alle lizenzierten Regio Cup Athleten
10:30	11:30	<b>Autogrammstunde mit unserer Olympiasiegerin Nicola Spirig</b>	<b>Laufbahn - Südseite</b>	<b>Alle Athleten und Eltern sind herzlich eingeladen</b>
11:15	11:30	Briefing Regio Cup Challenge Übungen: Teamchefs	Laufbahn - Tribünenseite	Nur die jeweiligen Teamchefs
12:00	12:30	Regio Cup Bike Challenge: Koordination und Leistung	Laufbahn	zwei Athleten parallel <b>Nicola Spirig wird Euch auf die Strecke schicken und anfeuern!</b>
12:30	13:00	Regio Cup Run Challenge 2: Wendigkeit und Schnelligkeit	Laufbahn - Südseite	zwei Athleten parallel
13:00	13:30	Regio Cup Run Challenge 1: Koordination und Leistung	Laufbahn - Tribünenseite	zwei Athleten parallel
13:00	14:00	Registrierung / Startnummernausgabe / Nachmeldungen Open Races Einrichten Wechselzone Open Races Kids und Schüler	Start/Ziel bei der Minigolfanlage Kunstrasenplatz bei Minigolfanlage	Alle Open Race Athleten
13:30	14:00	Einrichten Wechselzone Regio Cup Team Duathlon	Kunstrasenplatz bei Minigolfanlage	Alle lizenzierten Regio Cup Athleten
14:00	14:15	Briefing Open Races und Regio Cup Team Duathlon	Start/Ziel bei der Minigolfanlage	Alle Open Race Athleten und lizenzierte Regio Cup Athleten
14:30		Start Open Race KIDS U10		F7-9 und M7-9 zusammen
14:50		Start Open Race SCHÜLER 10-11		F10-11 und M10-11 zusammen
15:10		Start Open Race SCHÜLER 12-13		F12-13 und M12-13 zusammen
15:30		Start Regio Cup Team Duathlon		T10-11 und T12-13 zusammen
16:30		Rangverkündigungen	In der Minigolfanlage	