



Pressemitteilung 8-2009

[zoeller-media.net]



10. Dezember 2009

Ansprechpartner:
Thomas Zöller
Tel. 06155 4040
mail@zoeller-media.net
www.zoeller-media.net

Zweiter „Cross am Ring“ und Duathlon Premiere in Hockenheim

TuS Griesheim lädt am 13. Dezember ab 10:00 Uhr auf das Gelände des ADAC Fahrsicherheits-Zentrum Hockenheimring ein / Nachmeldungen möglich / Wertungsläufe der Carboo4U Cross Trophy und Duathlon Challenge

Es ist soweit: am Sonntag fällt um 10 Uhr der erste Startschuss zur zweiten Austragung des Cross am Ring. Nur dreieinhalb Stunden später folgt eine Premiere – der „Duathlon am Ring“ steht um 13:30 Uhr in den Startlöchern.

Cross am Ring – Läufer treffen auf Motorsportatmosphäre

„Highspeed per pedes“ so das Motto des dritten Wertungslaufes zur Carboo4U Cross Trophy. Am 13. Dezember steht das ADAC Fahrsicherheitszentrum am Hockenheimring im Zeichen der Crossläufer, die beim „Cross am Ring“ auf einem hindernisreichen Kurs den schnellsten und geschicktesten Cross-Spezialisten suchen. Rund um das Motodrom werden den Läufern keine Steine, dafür allerdings andere Hindernisse in den Weg gelegt.

Cross am Ring - da ist für jeden etwas dabei: drei und/oder sechs Kilometer feinsten Crosslauf sowie Einzelsprintwertungen bietet die Leichtathletikabteilung des TuS Griesheim an. Und speziell für den Teamgeist: eine Dreier-Mannschaft, als Staffelrennen ausgeführt. Auch die Schüler und Jugendlichen kommen in den Genuss der zahlreichen Hindernisse, selbstverständlich auf altersgerechten Strecken. C, D und E-Schüler drehen eine XS-Runde über knapp 1000 Meter, auf die Älteren wartet eine XL-Runde von ca. 1500 Meter. Eine Neuerung haben sich die Crossliebhaber ausgedacht: den Xtreme-Run. Zwei XL-Runden, gespickt mit vielen weiteren Hindernissen.

"Kreuz und quer - über Stock und Stein", lautet das Motto der Carboo4U Cross Trophy. Der Cross am Ring, dritter von neun Wertungsläufen der Trophy, trifft den Nagel direkt auf den Kopf.





Duathlon am Ring - Ausdauer statt Autos

Und im Anschluss des 2. Cross am Ring im ADAC Fahrsicherheitszentrum wird noch eine Premiere gefeiert. Beim Duathlon am Ring kommen am 13. Dezember auch die Zweiradfans auf ihre Kosten. Mit Muskelkraft statt Motoren, der Hockenheimring wird beim dritten Rennen zur Carboo4U Duathlon Challenge im Zeichen der Ausdauersportler stehen. Auf die Teilnehmer beim Duathlon am Ring wartet ein Cross-Kurs vor Motorsportkulisse, der von den Athleten neben der Schnelligkeit auch Geschick und eine Portion Glück verlangen wird. Das Duathlon Spektakel findet um 13:30 Uhr statt. Ort des Geschehens ist ebenfalls das ADAC Fahrsicherheitszentrum – im Off-Road-Parcour wird gerannt, auf dem asphaltierten Übungsplatz geradelt. Die Laufstrecke führt über eine Rundstrecke von circa 3.600 Metern. Bevor die Athleten also auf die Radstrecke über 16 Kilometer geschickt werden, könnte der Puls bei dem einen oder anderen schon rasen. Beim finalen Crosslauf, der erneut über drei knackige Runden geht, fällt die Entscheidung über den Tagessieg und den neuen Spitzenreiter der Carboo4U Duathlon Challenge.

Man getrost sagen: Duathlon am Ring - der etwas andere Zweikampf. Auf dem anspruchsvollen Cross-Parcour - mitten im ADAC Fahrsicherheits-Zentrum – können sich die Crossliebhaber nach Herzenslust austoben. Geschicklichkeit und Ausdauer sind im Off-Road-Bereich des FSZ gefordert. Spaßgarantie inklusive.

Am Sonntag, den 13. Dezember wird der 2. Cross am Ring um 10 Uhr auf dem Gelände des ADAC Fahrsicherheits-Zentrum Hockenheimring gestartet. Der Duathlonwettbewerb beginnt um 13:30 Uhr. **Nachmeldungen sind am Wettkampftag bis 30 Minuten vor den jeweiligen Starts noch möglich.** Die Startunterlagen werden am Wettkampftag ab 9:00 Uhr ausgegeben.

Zeitplan – Cross und Duathlon am Ring:

Lauf 1:	10:00 Uhr	1 XS-Runde	Sprint Frauen/Männer
Lauf 2:	10:02 Uhr	1 XS-Runde	Schüler C/D/E
Lauf 3:	10:15 Uhr	1 XL-Runde	Schüler A/B, Jugend A/B
Lauf 4:	10:17 Uhr	2 XL-Runden	Frauen/Männer
Lauf 5:	10:40 Uhr	4 XL-Runden	Frauen/Männer
Lauf 6:	11:30 Uhr	1 XS-Runde	Team Sprint Schüler/Jugend/Frauen/Männer
Lauf 7:	11:55 Uhr	Xtreme-Run	2 XL-Runden Frauen/Männer

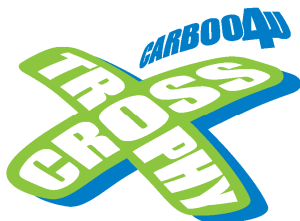
Lauf 8: 13:30 Uhr Duathlon am Ring

Die Siegerehrung findet zeitnah nach jedem Lauf im Zielbereich statt. Geehrt werden jeweils die ersten drei weibliche und männliche Crossläufer jeder Distanz. Ebenfalls erhalten die ersten drei Staffel-Teams Sachpreise.

Informationen sind unter www.cross-am-ring.de und www.duathlon-am-ring.de abrufbar. Auskunft erteilt Thomas Zöller per Mail an: mail@cross-am-ring.de oder per Telefon unter 06155/4040

(Harald Bajohr / Thomas Zöller)





Carboo4U Cross Trophy - Saison 2009/2010

Bereits gelaufen:

14. November 2009	Waldsträßer Crosslauf
29. November 2009	Advent-Cross Pfungstadt

Die nächsten Rennen:

13. Dezember 2009	Cross am Ring Hockenheim
17. Januar 2010	PfungstadtX
23. Januar 2010	Offenbacher Crosslauf
31. Januar 2010	Zahlwald Cross Roßdorf
07. Februar 2010	Treburer Crosslauf
21. Februar 2010	Crosslauf Wolfskehlen
21. März 2010	PfunRun - Pfungstädter Brauerei-Cross

Carboo4U Duathlon Challenge - Saison 2009/2010

Bereits gelaufen:

01. November 2009-12-10	Hugenotten Duathlon in Neu-Isenburg
14. November 2009	Rüsselcross Duathlon in Rüsselsheim

Die nächsten Rennen:

13. Dezember 2009	Duathlon am Ring in Hockenheim
28. Februar 2010	Rodgau Cross-Duathlon in Rodgau
25. April 2010	Reinheimer Duathlon in Reinheim

carboo4u-cross-trophy.de
carboo4u-duathlon-challenge.de

wird unterstützt von:

Carboo4U, Pfungstädter Brauerei, RONO Innovations, Merck Selbstmedikation (Kytta Salbe-f), Energy Oatsnack, beyerdynamic, Polar, Sportlerapotheke powered by URSAPHARM, RUNNING – Das Laufmagazin, TRITIME – Das Triathlonmagazin

