

## Infos Laufen



Wettkampfteilnehmer dürfen:

- a) Laufen oder gehen,
- b) nicht den Fahrradhelm mit auf die Laufstrecke nehmen.

Die Mindestbekleidung sind Einteiler oder Oberteil und Hose.

Die Startnummer ist deutlich sichtbar auf der Vorderseite zutragen.

Das Mitführen von Stöcken o.ä., die die Vorwärtsbewegung unterstützen sind verboten

Die Laufrichtung ist auf der gesamten Strecke immer rechts.

Das Tragen von Kopfhörern (auch Open Ear Kopfhörer) ist verboten.

Das Mitführen von Handys ist nur passiv erlaubt. Eine aktive Nutzung in ablenkender Weise ist verboten.