

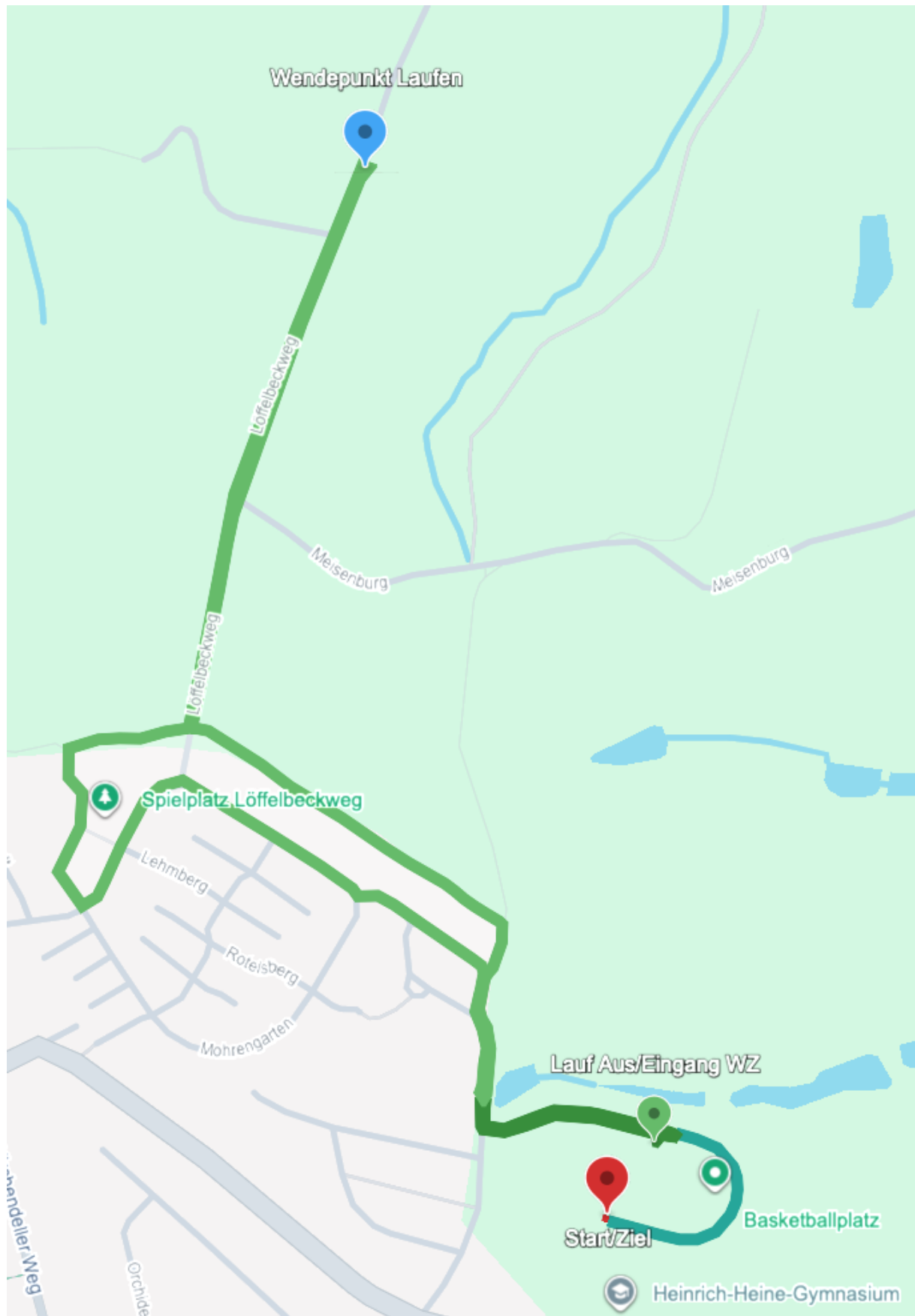
22. Mettmanner-Duathlon 2026

Schüler A & Jugend B – 2.5km / 7.5km / 1km

Laufstrecke 2.5km = 1 Laufrunde

Start auf dem Sportplatz Hasselbeckstraße 6

- Kommend vom Start oder aus der Wechselzone, nach dem Verlassen der Arena
- Rechts abbiegen in die Hasselbeckstraße
- Weiter über:
 - Luisenhöhe
 - Großes Feld
- rechts abzweigen auf einen schmalen Wirtschaftsweg Richtung Löffelbeck
- Auf Löffelweg rechts einbiegen
- über Löffelbeckweg Richtung Norden
- An Abbiegung Meisenburg weiter auf Löffelbeckweg
- Wendepunkt: nach ca. 300m auf Asphaltierter Fläche
- Zurück über Löffelbeckweg
- Vor dem Erreichen der Ortsgrenze rechts Abbiegen auf Fußweg
- Nach ca. 100 m links abbiegen auf Löffelbeckspielplatz
- Löffelbeckspielplatz überqueren und am Ende links auf Löffelbeckweg – T-Kreuzung Mohrengarten
- Weiter auf Löffelbeckweg
- Rechts abbiegen auf Mohrengarten
- links Abbiegen auf Großes Feld
- im weiteren Verlauf über Luisenhöhe zurück zur Hasselbeckstraße
- links Abbiegen auf das Sportgelände
- Ende der Laufstrecke und abbiegen in die Wechselzone

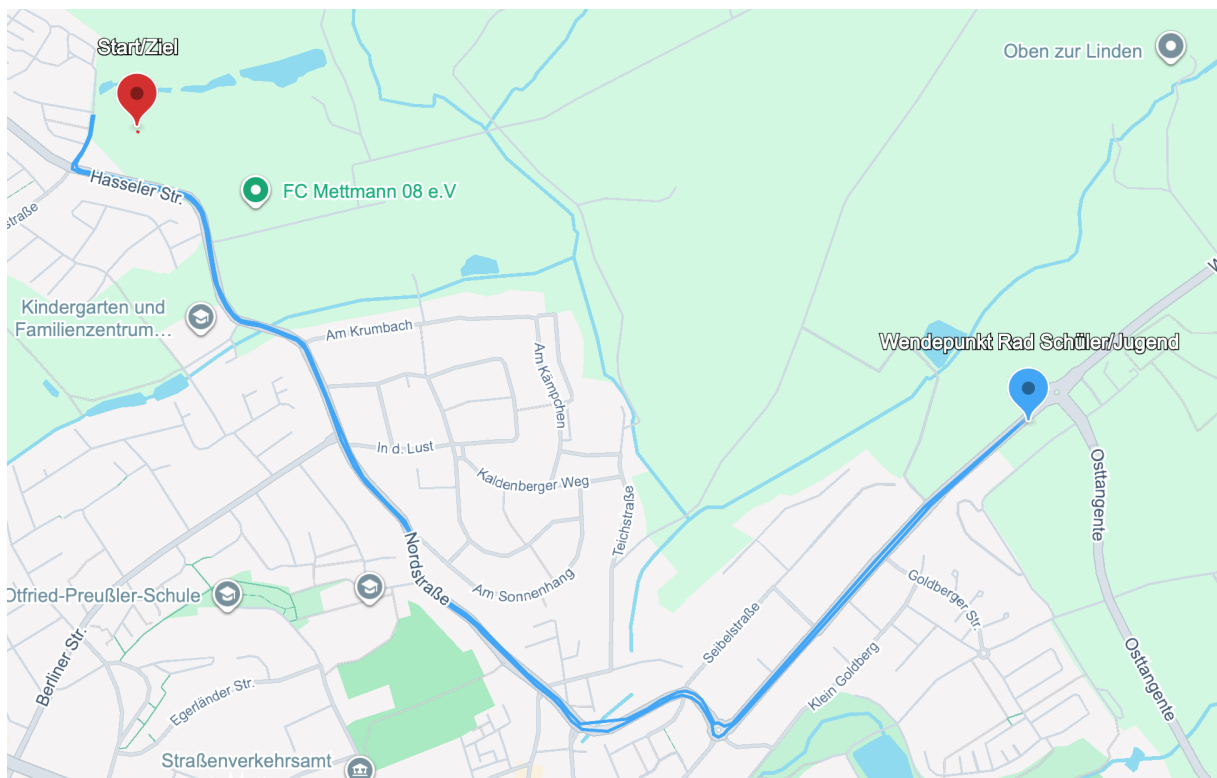


Radstrecke

Anfahrt in die Stadt

- Start: Hasselbeckstraße 6, 40822 Mettmann
- Auf Hasselbeckstraße nach Süden Richtung Hasseler Str. starten
- Links abbiegen auf Hasseler Str.
- Weiter auf Nordstraße
- Weiter auf Schwarzbachstraße
- Weiter auf Seibelquerspange
- Weiter auf Seibelstraße
- Im Kreisverkehr abfahren auf Johannes-Flintrop-Straße
- Weiter auf Wülfrather Str.
- Wendepunkt: Kurz vor dem Kreisverkehr Wülfrather Str./Osttangente
- zurück zur Stadt
- Weiter auf Johannes-Flintrop-Straße bis Kreisverkehr an der Seibelstraße
- Im Kreisverkehr die erste Ausfahrt nehmen
- Weiter auf Seibelquerspange
- Weiter auf Schwarzbachstraße
- Weiter auf Nordstraße
- Weiter auf Hasseler Str.
- Rechts abbiegen auf Hasselbeckstraße
- Ziel: Hasselbeckstraße 6, 40822 Mettmann

Ende der Radstrecke



Laufstrecke 2.5km = 1 Laufrunde

Start auf dem Sportplatz Hasselbeckstraße 6

- Kommend vom Start oder aus der Wechselzone, nach dem Verlassen der Arena
- Rechts abbiegen in die Hasselbeckstraße
- Weiter über:
 - Luisenhöhe
 - Großes Feld
- Wendepunkt und zurück über:
 - Großes Feld
 - Luisenhöhe
- zurück zur Hasselbeckstraße
- links Abbiegen auf das Sportgelände
- Ende der Laufstrecke gerade aus weiter zum Ziel.

