



Duathlon_Laufstrecke_5km



Mittelschwer

00:35 ↔ 5,52 km Ø 9,4 km/h ↗ 60 m ↘ 60 m

Mittelschwere Laufstrecke. Gute Grundkondition erforderlich. Überwiegend gut begehbare Wege. Etwas Trittsicherheit erforderlich.

TOURENVERLAUF



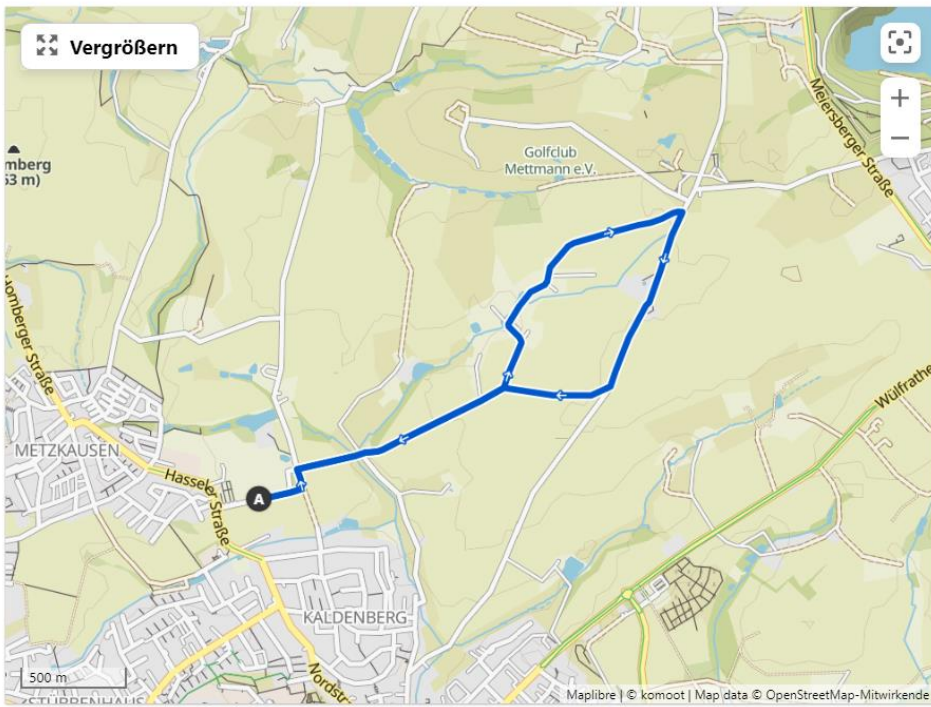
Start



Ziel

5,52 km

KARTE



TOURENPROFIL

Höhenprofil

Klick und zieh mit der Maus über das Profil, um die Statistiken für einen Bereich zu sehen.

1 km 2 km 3 km 4 km 5 km



200 m

100 m

WEGTYPEN

- Weg: 808 m
- Straße: 4,71 km

WEGBESCHAFFENHEIT

- Loser Untergrund: 514 m
- Kies: 294 m



Duathlon Mettmann 2024 Radstrecke



Leicht

⌚ 00:37 ↔ 13,4 km ⌀ 21,8 km/h ↗ 150 m ↘ 150 m

Leichte Rennrad-Tour. Für alle Fitnesslevel. Überwiegend gute Straßenbeläge. Einfach zu fahren.

TOURENVERLAUF



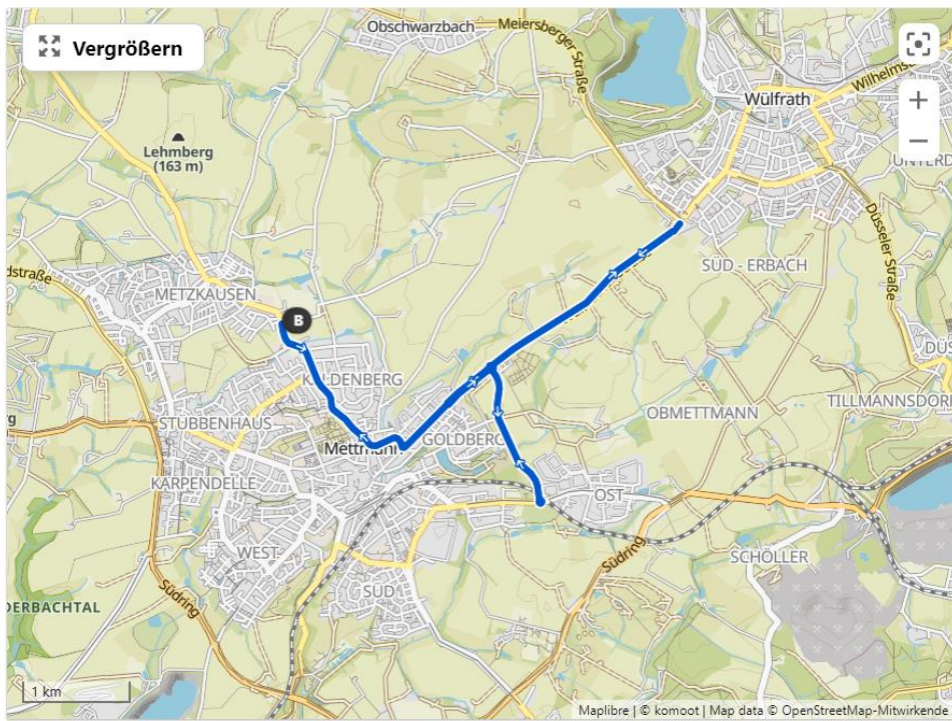
Start



Ziel

13,4 km

KARTE



TOURENPROFIL

Höhenprofil

Klick und zieh mit der Maus über das Profil, um die Statistiken für einen Bereich zu sehen.



▲ **Höchster Punkt** 200 m

▼ **Niedrigster Punkt** 130 m

WEGTYPEN



● **Fahrradweg:** 8,91 km

● **Nebenstraße:** < 100 m

WEGBESCHAFFENHEIT



● **Straßenbelag:** 1,19 km

● **Asphalt:** 12,2 km

