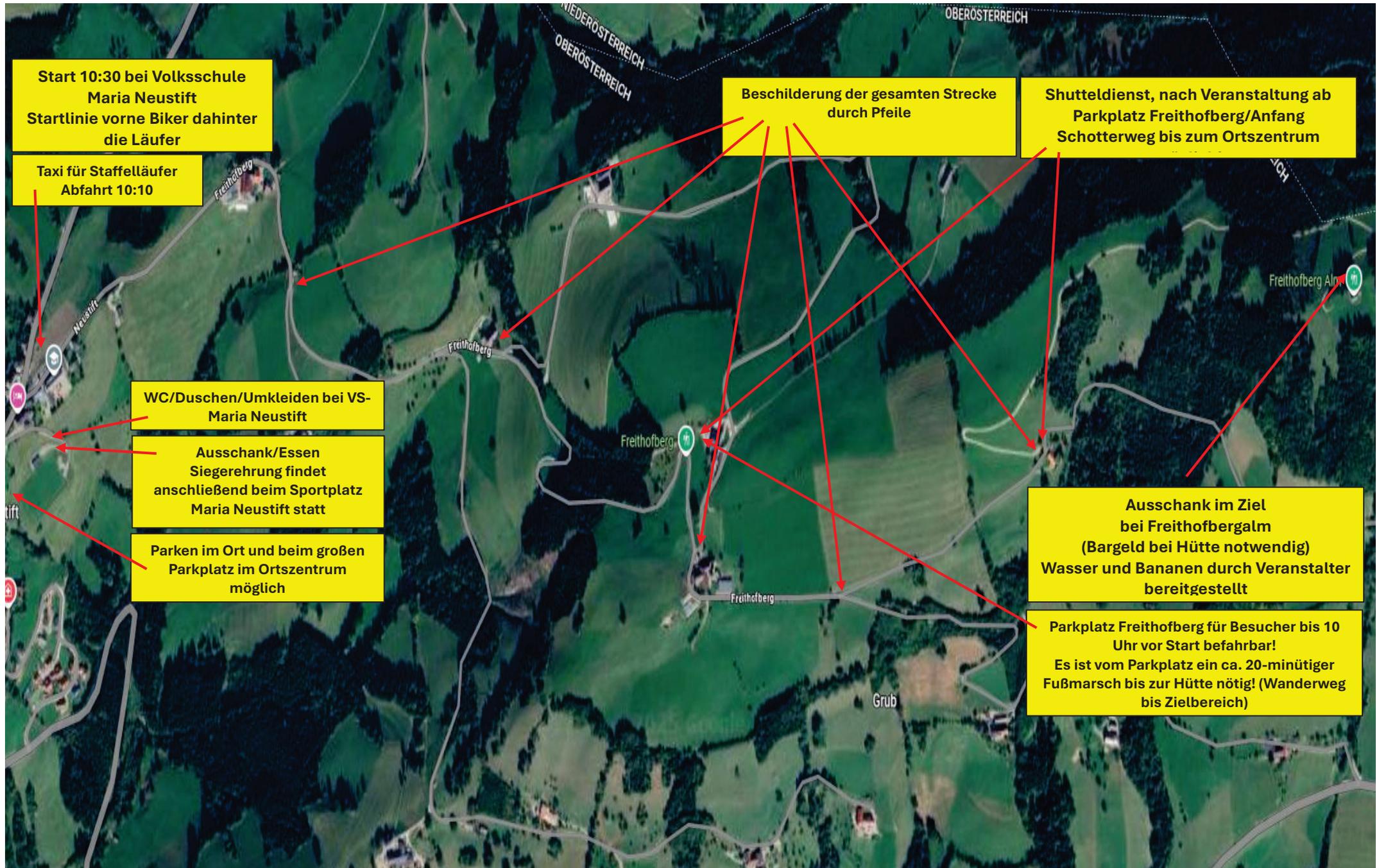


Strecken-Information Teilnehmer



Streckenkurzbeschreibung Bike or Run 2025

- **Start am 10:30 der Mountainbiker/Start Läufer/in bei Volksschule Maria Neustift**
- Die ersten **1,7 km** sind auf Freithofbergstraße (auf Asphalt), anfangs **steil-bergauf** zu fahren/laufen (Staffelübergabe nach ca. 1,7km bei ca. Ausweichstelle Kreuzung Ritt)
- **Folglich**, ist auf der Güterstraße-Freithofberg (auf Asphalt) **ca. 1km**, bis **Höhe des Bauernhofs Großkrifter bergauf weiter zu laufen/fahren, anschließend sind die nächsten ca.700m** (auf Asphalt) **geradeaus/leicht bergauf** bis zur 2. Lauf-Wechselzone (Übergang Asphalt zu Schotter) zu bewältigen.
- Ab der 2. Übergabestelle sind (Kehre vor Schotterstraße) **die restlichen 1,7 km, teilweise steil bergauf, auf Schotter** zu bewältigen (Somit Vorsicht bei ausgewaschenen Rinnen)! (INFO: Schranken auf der Strecke-diese sind geöffnet oder werden offen gehalten-teilweise Weidevieh neben der Strecke!)
- Schlussendlich ist **nach einem kurzen steilen Waldstück** und den **darauffolgenden 2 Serpentina** das Ziel auf der Freithofberalm erreicht.

Staffelläufer/in Streckenbeschreibung:

1 Staffelläufer/in: ca. 1,7km Laufstrecke Asphalt

2 Staffelläufer/in: ca. 1,7 km Laufstrecke Asphalt

3 Staffelläufer/in: ca.1,7 km Schotterstraße

