

Streckenbeschreibung

Wir schwimmen in der Krummen Lanke in Zehlendorf. Radfahren ist auf der Havelchaussee im schönen Grunwald. Und am End wird um die Krumme Lanke gelaufen.

Strecke bei GoogleMaps ansehen

Schwimmstrecke

Die Krumme Lanke hat eine Länge von 1,2 km. Ihr durchschwimmt sie auf einer Länge von 0,7 km.

Ihr müßt vor dem Start zum Schwimmeinstieg am Südufer in der Mitte des Sees laufen.

Der Start erfolgt aus dem Wasser. Während Ihr schwimmt, bringen wir Eure Schuhe und andere Sachen in die Wechselzone.

Beim Ausstieg am Südwestende neben der Brücke, müßt Ihr im Wasser eine Stufe überwinden. Unsere Helfer stehen dort bereit, um Euch dabei zu helfen.

Radstrecke

Aus der Wechselzone raus gehts zuerst über einen Waldweg, mit nicht soo guter Wegbeschaffenheit. Am Ende des Weges gehts scharf rechts auf die Krone. Achtet hier bitte auf den Gegenverkehr der Radler aus der Rückrunde. Nach der Wende am Parkplatz gehts nach ca. 3,5 km rechts in die Havelchaussee. Über die Havelchaussee hoch bis zum Grunewaldturm. Hier wieder vorsichtig wenden, bitte abbremesen, und wieder über die selbe Strecke zurück zur Wechselzone. Achtung: Denkt an die scharfe Kurve zurück in den Waldweg!

Laufstrecke

Die Laufstrecke führt zweimal um die Krumme Lanke und zwar im Uhrzeigersinn, was den Schluß zuläßt, daß die Krumme Lanke einen Umfang von ziemlich genau 2,5 km hat. Aus der Wechselzone kommend, gibts erstmal was zum Trinken.

Die Strecke selber geht unten am See entlang durch den Wald. Über die hintere Brücke in Ost-West-Richtung zum Ziel. An der Weggabelung gehts dann rechts zur zweiten Runde über die Brücke nochmal an einer Verpflegung vorbei. Erst nach der zweiten Runde gehts links den Berg wieder hoch auf die Zielgerade. Ach ja: Bitte im Zieleinlauf schön lächeln. Wir machen Fotos !