

Rutebeskrivelse DM Lang Cross i Viborg – Søndag, den 01.12.2013

Distance pr. omgang:	1,99 km
Underlag:	Græs og grus
Højdeforskel:	Ca. 12 meter
Sving/teknik:	Bløde kurver og nemme sving
Stigninger/nedløb:	Jævne, ej stejle

Ruten, som omløbes i retning mod uret med start på græsarealet mellem Gymnastikhøjskolen og Søndersø, har i hovedtræk følgende forløb:

0-160 meter:	Græs, ned ad bakke
160-370 meter:	Grus, op ad bakke
370-470 meter:	Græs, op ad bakke
470-1.030 meter:	Græs, nedad og fladt
1.030-1.430 meter:	Grus, op ad bakke
1.430-1.590 meter:	Grus og græs, ned ad bakke
1.590-1.790 meter:	Grus, op ad bakke
1.790-1.990 meter:	Græs, næsten fladt

Se rutekort og højdeprofil på næste side.

Se også: <http://iform.dk/ruteplanner/viborg/dm-lang-cross-2014>

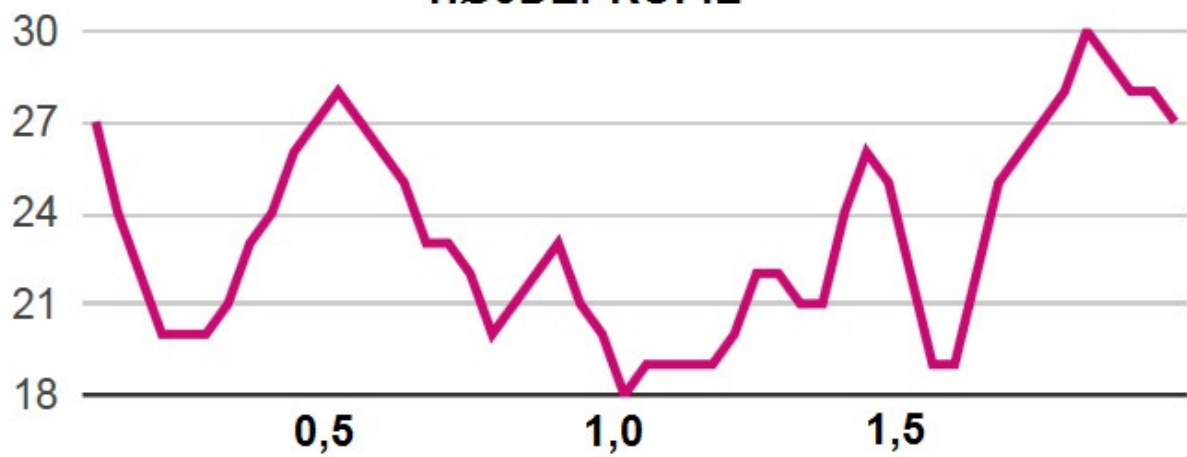
NB-1: I tilfælde af meget mudrede spor efter mændenes gennemløb kán der ske marginale ændringer af linieføring til kvindernes løb.

NB-2: Vestdanske Mesterskaber for 12-17 årige afvikles på en afkortet rute á ca. 1 km, der følger de første ca. 50 meter + sidste ca. 950 meter jfr. ovf.

1,99 km rute til DM Lang Cross i Viborg – Søndag, den 01.12.2013



HØJDEPROFIL





Startområdet



Indløb til mål området (set fra målportalen)



Grusbelagt sti på ruten som fører op mod Forstbotanisk Have



Grusbelagt sti ude på ruten i Nordisk Park med Sønderø i baggrunden