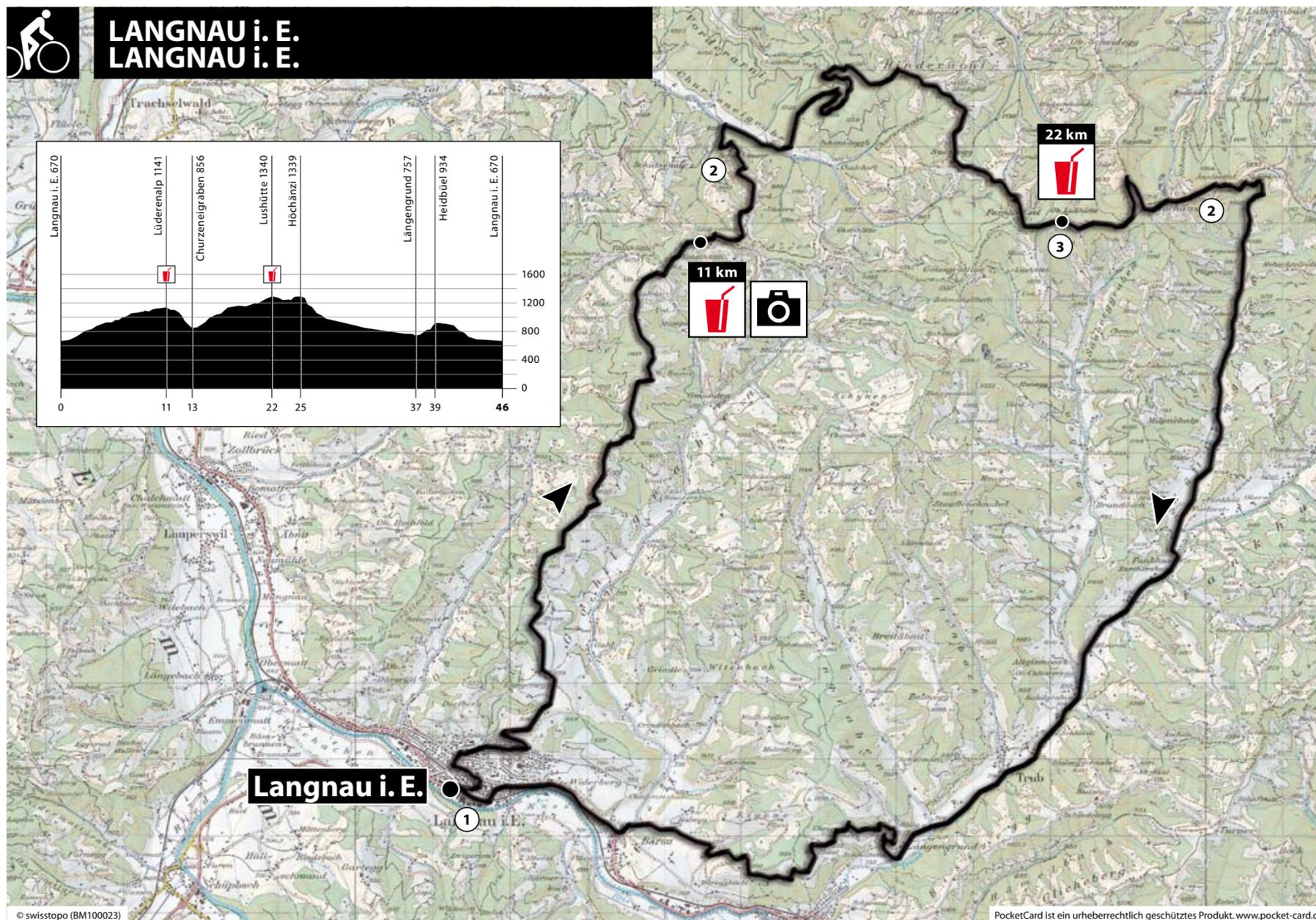


Bike up, flow down, take it easy
 Nach der Hektik in der Wechselzone Langnau i. E. bleibt der Puls hoch, denn obwohl sich die Strecke bald in den beschaulichen Hügeln des Napfgebiets verliert, geht es doch von Beginn weg steil aufwärts. In der frischen Morgenluft wird sich auf der einen Seite eine weite Sicht aufs Mittelland öffnen. Auf der anderen Seite gewährt die Schratzenfluh einen tiefen Blick ins Urgestein. Die erste grosse Steigung wird somit geschluckt, ohne es richtig zu merken. Aber die Ortsbezeichnungen Obere Rämis, Obere Rafrüti, Lüderenalp, die bis zum ersten Verpflegungsposten passiert werden, signalisieren: Es geht immer bergauf.
 Nachdem der erste Verpflegungsposten passiert ist, wird auch gleich der grosse Durst nach einer spannenden Abfahrt gestillt. Es wird steil und technisch anspruchsvoll, kaum genug Zeit, um vor der nächsten Steigung hinauf nach Hinderarni richtig zu verschlaufen. Der Parcours wechselt zwischen Landweg und Kiesstrasse, alles ohne grössere technische Schwierigkeiten, hier kommt Fahrspass vor Grenzerfahrung. Die stille Lushütte mit ihrer Sonnenterasse würde jetzt zum Innehalten einladen, aber wir sind ja nicht auf einer Radwanderfahrt, sondern am Gigathlon. Immerhin gibt's hier einen weiteren Verpflegungsposten.
 Mit Tempo rollt's nun die Asphaltstrasse hinunter bis Trub, bevor wieder kräftig in die Pedale getreten werden muss, um Christisberg zu erklettern. Für Napf-Marathonläufer kommt jetzt der Flashback, folgt doch die Strecke während einiger Kilometer der Laufstrecke. Bitte nicht wörtlich nehmen, auch hier darf selbstverständlich gefahren werden. Zum Schluss folgt dann die triumphale Abfahrt über Bärau zurück in die Wechselzone in Langnau.



FACTBOX SAMSTAG, 10. JULI 2010

Gefährliche Stellen

- ① Erste 200 Meter gleiche Strecke wie die Velofahrer. Verzweigung der beiden Strecken vor der Fussgängerbrücke: Die Biker tragen und schieben ihr Bike über die Fussgängerbrücke. Fahrverbot auf der Brücke.
- ② Steile und technische Abfahrt!
- ③ Kurze Teilstrecke über Wiese: rutschig bei Nässe.

Ersatzstrecke E1
 Falls die Originalstrecke nicht befahrbar sein sollte, kommt eine Ersatzstrecke zum Einsatz. Siehe General Information Seiten 28 / 29.

Streckenangaben

- 46 Kilometer
- 1300 Höhenmeter

Erster Wechsel Inline – Bike
 6:05 Uhr

Erste Zielankunft Bike
 8:00 Uhr

Sollzeit letzter Single / Couple
 11:10 Uhr

Kontrollschluss
 12:20 Uhr

Anreise
 Shuttle-Zug Thun-Langnau i. E. Der erste Zug (1) ist für Couple und Supporter reserviert. Der zweite Zug (2) ist für die Biker Team of Five reserviert. Vorweisen Velo / Bike-Bag-Bon zwingend auf diesen beiden Zügen. Abholen des Bikes im Velo / Bike-Park unter Vorweisen des Handgelenkbändels/Supporter-Gilets.
Transport-Ticket: Handgelenkbändel/Supporter-Gilet (und Velo / Bike-Bag-Bon)
Fahrplan: Siehe unten.

Effekten / Duschen
 Der Biker bringt die Kleider für den Inliner nach Langnau i. E und deponiert seine eigenen Kleider in der Wechselzone. Duschen bei der Eishalle Langnau i. E.

Rückreise
 Shuttle-Zug nach Thun. Das Bike wird in den Velo / Bike-Bag verpackt und selbst verladen.
Transport-Ticket: Abholen des Velo / Bike-Bags und des Transport-Tickets für die Rückfahrt nach Zielankunft beim Info-Stand unter Abgabe des Velo / Bike-Bag Bons. (Bon nicht vergessen!)
Single / Couple: Supporter und Couple erhalten ein Transport-Ticket auf den nächstmöglichen Zug (Vortritt).
Supporter: Velo / Bike-Bag-Bon vorweisen.
Couple-Gigathlet: Inline-Nummer oder Handgelenkbändel vorweisen.

	(1)	(2)	
Thun ab	04:25	05:28	06:44
Langnau an	04:50	05:56	07:23

	Langnau ab	10:27	11:27	12:27	13:27	14:27
Thun an	09:59	10:59	11:59	12:59	13:59	14:59