

**03. MAI
2025**

BAD FRANKENHAUSEN



▶ ▶ STARTERINFO

LAUF UM DEINE

FRYHEIT



Herzlich Willkommen beim TEAG-LEGEND OF CROSS FRYHEIT!

Wir freuen uns, dass du am 03. Mai 2025 beim TEAG-LOC FRYHEIT in Bad Frankenhausen an den Start gehst.

Vor genau 500 Jahren stellten sich rund 8.000 Bauern unter der Führung von Thomas Müntzer einem übermächtigen Fürstenheer entgegen.

Sie verloren – doch ihr Ruf nach Freiheit hallt bis heute nach. 2025 feiert Bad Frankenhausen dieses historische Ereignis als offizielles Denkjahr. Und du läufst los, eine Woche vor der Eröffnung – auf dem Schlachtberg, durch den Kyffhäuserwald, über Hindernisse, die dir alles abverlangen.

Mit uns ziehen an einem Strang: die TEAG, die IKK classic, die Stadt Bad Frankenhausen und viele engagierte Partner vor Ort – wie GalaBau Bätzoldt, ohne die manche Hindernisse bloß Wunschdenken wären.

In dieser Starterinfo findest du alles, was du brauchst: Startzeiten, Anfahrt, Ausrüstungstipps, Check-in und Programm. Lies sie aufmerksam, damit du bestens vorbereitet antrittst.

Mehr Infos bekommst du auch unter

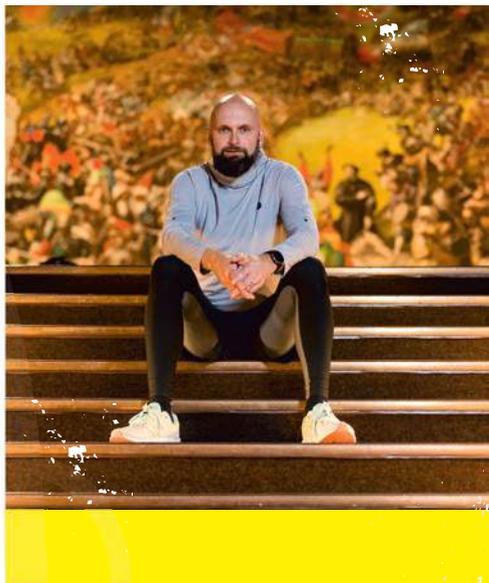
- ▶ www.legendofcross.de und auf unserem
- ▶ Insta-Kanal [@legendofcross](https://www.instagram.com/legendofcross)

Wir wünschen dir viel Spaß!

LAUF UM DEINE FRYHEIT!

Dein Nils
und die CREW OF CROSS

Veranstalter: prana sports GmbH, Blumenstraße 71, 99092 Erfurt
Telefon 0361/7645227, E-Mail race@legendofcross.de
www.legendofcross.de



#LASS #LAUFEN



...mit der IKK classic zum TEAG – LEGEND OF CROSS FRYHEIT

An den Start gehen:

- unser Gesundheitsmobil mit Gesundheits-Check
- unser Reaktionstest für kleine und große Legenden sowie
- unser cooles Gewinnspiel inklusive Wechselsocken*!

Zusätzlich versorgen wir dich nach dem Lauf mit leckeren Müsliriegeln*.

Bleib in Bewegung – wir belohnen deine gesundheitspräventive Lebensweise!

Im Rahmen unseres Bonusprogramms bestimmen wir in unserem Gesundheitsmobil deinen Blutdruck und Body-Mass-Index. Sind die beiden Werte im gesunden Normbereich, kannst du diese gleich auf deinen persönlichen IKK Bonus anrechnen lassen.

Wer am IKK Bonus teilnimmt, bekommt finanzielle Zuschüsse zur Smartwatch, professionellen Zahnreinigung, Krankenzusatzversicherung und vielem mehr. Wir sind die Krankenkasse mit über 70 Zusatzleistungen.

Klick dich rein:

[ikk-classic.de/bonus](https://www.ikk-classic.de/bonus)

*Solange der Vorrat reicht.

The logo for IKK classic, featuring a stylized 'i' inside a circle followed by the text 'ikk classic'.



► ► **DAS
SIND UNSERE
STRECKEN**



» STRECKEN UND HINDERNISSE

▶ SPRINT

Die 10 km-Strecke führt dich vorbei am Jägers-Kreuz durch den Kyffhäuserwald zur Hornungshöhe. Durchs Wüste Kalktal rennst du zurück zum Schlachtberg. Von dort aus geht es über die Blutrinne bis in den Quellgrund, hoch zum Hausmannsturm bis zum Ziel. Die Wege sind oft schmal und von vielen Wurzeln durchzogen. Gehe also entsprechend vorsichtig ins Rennen!

▶ EXPERT

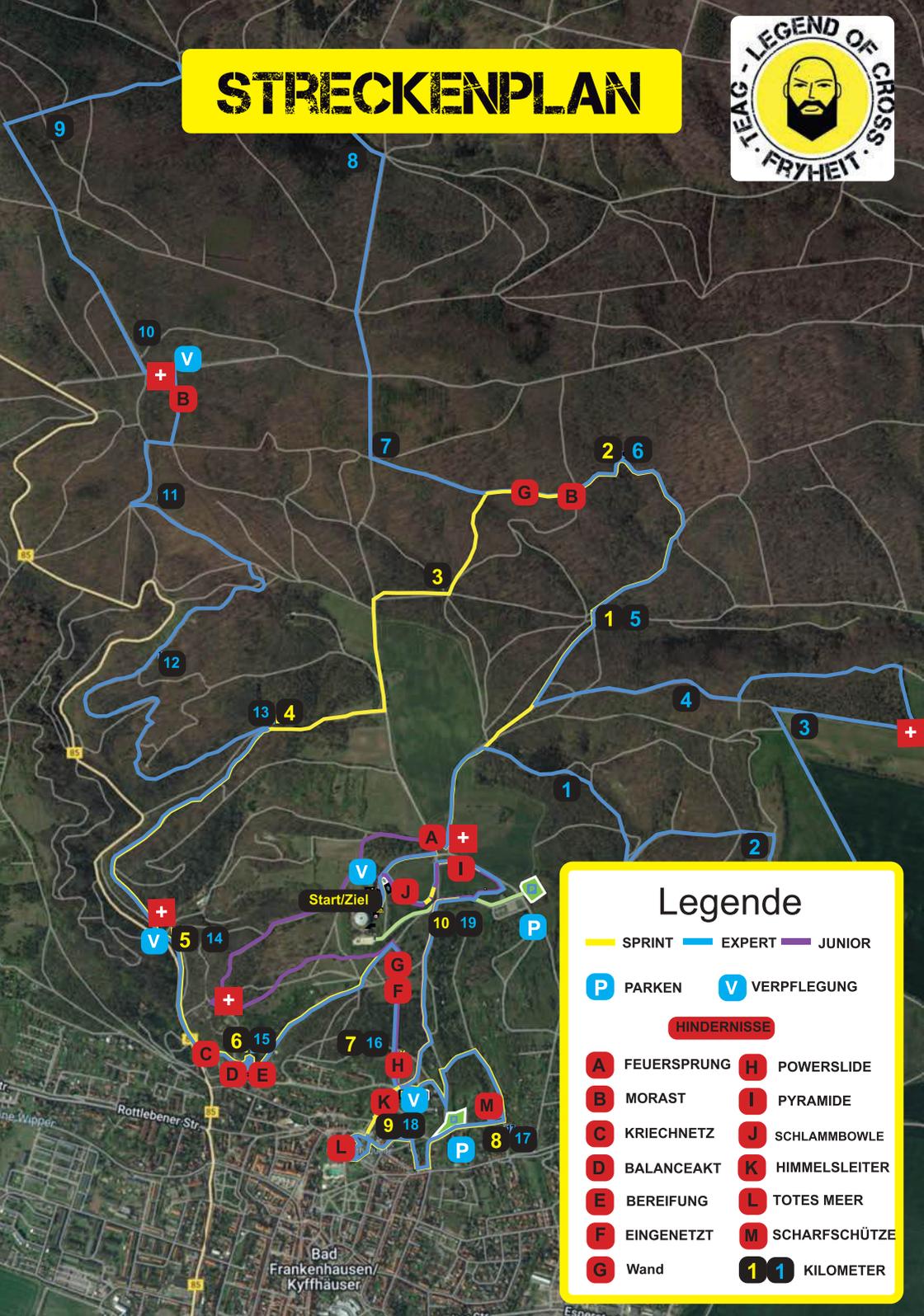
Die EXPERT-Strecke ist komplett neu konzipiert. Im Gegensatz zu unserer Premiere im vergangenen Jahr läufst du keine Strecke doppelt. Die 20 Kilometer führen dich tief in den Kyffhäuserwald. Zurück in der Stadt legst du die letzten Kilometer auf der gleichen Strecke wie die SPRINTER zurück.

▶ JUNIOR

Der JUNIOR ist der Lauf für unsere jüngsten Teilnehmer. Die 4 km Strecke führt über einige knackige Anstiege und wieder zurück ins Ziel. Etliche Hindernisse erwarten unsere Jüngsten.



STRECKENPLAN



Legende

— SPRINT — EXPERT — JUNIOR

P PARKEN **V** VERPFLEGUNG

HINDERNISSE

- | | |
|----------------------|------------------------|
| A FEUERSPRUNG | H POWERSLIDE |
| B MORAST | I PYRAMIDE |
| C KRIECHNETZ | J SCHLAMMBOWLE |
| D BALANCEAKT | K HIMMELSLEITER |
| E BEREIFUNG | L TOTES MEER |
| F EINGENETZT | M SCHARFSCHÜTZE |
| G Wand | 1 1 KILOMETER |



Wo Legenden Pause machen

GREENsystems als Partner der LEGEND OF CROSS FRYHEIT

Stadtmobiliar von GREENsystems – funktional, langlebig, zukunftsfähig.

Unsere Lösungen für die moderne Stadtgestaltung verbinden robuste Materialien mit zeitgemäßem Design und hoher Alltagstauglichkeit.

Ob Fahrradständer, Sitzbänke, Überdachungen oder Zubehör – jedes Element ist auf Nachhaltigkeit und Funktionalität ausgelegt.

Ideal für Parks, Schulhöfe oder auch öffentliche Plätze: Stadtmobiliar, das optisch überzeugt, den Alltag erleichtert und zum Verweilen einlädt.

Mit GREENsystems gestalten Sie urbane Räume mit Charakter – praktisch, ästhetisch und nachhaltig.



► **DAS ERWARTET
DICH VOR ORT**



» SERVICE-ANGEBOTE

Auf unserem Veranstaltungsgelände halten wir zusammen mit unseren Partnern viele Service-Angebote für dich bereit.

- ▶ **STARTERZENTRUM**
Auf dem Veranstaltungsgelände ist unser Starterzentrum für dich geöffnet. Hier kannst du deine Startunterlagen abholen, dich anmelden oder auch ummelden. Unsere CREW OF CROSS hilft dir hier bei Fragen gerne weiter.
- ▶ **DRK-ZELT**
Ein Notarzt und Rettungssanitäter sichern hier deine medizinische Betreuung.
- ▶ **VON BIER BIS BRATWURST**
Verschiedene Speisen und Getränke an unseren Verpflegungsständen.
- ▶ **LOC-SHOP**
Hier kannst du unser LOC-Shirt und andere LOC-Produkte kaufen.
- ▶ **IKK classic-STAND**
Gesundheits-Check, saubere Socken und Powerriegel
- ▶ **KUNST & KULTUR**
Mit deiner LOC-Startnummer erhältst du am Renntag 20 Prozent Ermäßigung auf den Eintrittspreis ins Panorama Museum.
- ▶ **ON TOP**
Heiße Duschen, Toiletten, Umkleidemöglichkeiten, Garderobe, LOC-Bühne mit DJ-Team und Zielverpflegung



► ZETPLAN



» ZEITPLAN

11:00 Uhr: EXPERT (20 km)

12:00 Uhr: SPRINT (10 km)

13:00 Uhr JUNIOR (4 km für Kinder von 8 bis 14 Jahren)

14:00 Uhr: Siegerehrung

Wir empfehlen dir, spätestens eine Stunde vor dem Start auf dem Veranstaltungsgelände zu sein. Deine Startnummern erhältst du direkt vor Ort im Starterzentrum. Im Gegensatz zum LOC in Mühlberg gehen alle Starterinnen und Starter auf den jeweiligen Strecken gemeinsam ins Rennen.

Veranstaltungsende ist gegen 14:30 Uhr.





#TEAGLäuftBeiMir

Werde Teil unseres

TEAG-Laufuniversums!

Sei jetzt am Start!

TEAG Thüringer Energie unterstützt über 30 Laufveranstaltungen in ganz Thüringen, und auch du kannst dabei sein. Werde jetzt Teil des TEAG-Laufuniversums und sei am Start!



- Infos und Termine zu Stadt-, Cross- und Hindernisläufen
- Strecken von 2 bis 100 Kilometer
- Tipps vom Laufexperten Marcel Bräutigam
- Wissenswertes zu Training und Ernährung

www.teag-laufuniversum.de



TEAG

> DAS SOLLTEST DU WISSEN



» VOR DEM RENNEN

▶ LEISTUNGEN FÜR DAS STARTGELD

- Startnummer und die offizielle Starterlaubnis
- ausgeschilderte Strecken in unterschiedlicher Länge
- hochwertige Finishermedaillen für alle Teilnehmer
- Pokale für die Sieger und Sachpreise für die drei Erstplatzierten der Gesamtwertung
- Verpflegungsstationen: Tee, Energy Gele, Riegel und Bananen
- Toiletten, heiße Duschen und Umkleidemöglichkeiten
- ein unvergessliches Erlebnis

▶ STARTUNTERLAGEN

Deine Startunterlagen kannst du am Renntag ab 8:30 Uhr im Starterzentrum am Panorama Museum abholen.

▶ NACH- UND UMMELDUNGEN

Online-Meldeschluss zum TEAG – LEGEND OF CROSS ist der 02.05.2025. Wenn es auf den Strecken noch freie Startplätze gibt, kannst du dich bis dahin nach- oder ummelden. Die Gebühr vor Ort beträgt 5 Euro.

Wenn du wegen Krankheit, Terminproblemen oder aus anderen Gründen nicht starten kannst, besteht kein Anspruch auf Rückerstattung des Startgeldes.

▶ UMKLEIDEMÖGLICHKEITEN

Es stehen Duschen und Umkleidemöglichkeiten für Männer und Frauen in begrenzter Anzahl auf dem Gelände zur Verfügung. Die Garderobe findest du in einem Zelt (in der Nähe zur Bühne) in dem unser Team deine persönlichen Sachen für dich aufbewahrt.

Der Veranstalter übernimmt jedoch keine Haftung für Schäden oder Verlust der Gegenstände.



▶ **STARTNUMMERN UND ZEITMESSUNG**

Die Startnummern werden automatisch anhand der Reihenfolge der Anmeldung vergeben. Jede Strecke besitzt eine eigene Startnummer mit eigenem Nummernkreis. **Wichtig ist**, dass du für eine eventuelle medizinische Versorgung die Rückseite sorgfältig ausfüllst. Die Startnummer muss sichtbar auf der Brust getragen werden. Die Zeitmessung erfolgt ausschließlich mit dem Zeitmesschip vom Laufservice Jena. Die Transponder befinden sich auf der Rückseite der Startnummern.

Auskünfte erteilt die Firma:

Laufservice Jena, Unterm Markt 8, 07743 Jena (Herr Timo Jahn)

E-Mail: info@laufservice-jena.de.

www.laufservice-jena.de



ACHTUNG: die Startnummer enthält den Zeitmesschip (Transponder).

Bitte nicht knicken.

▶ **INFOSTAND**

Das Starterzentrum ist am 03. Mai ab 8:30 Uhr für dich geöffnet.

▶ **PARKPLÄTZE**

Die Parkplätze direkt am Panorama sind sehr begrenzt. Bitte nutzt auch die Parkflächen an der Schiefen Kirche, am Busbahnhof oder an ausgewiesenen Plätzen. Plant für den kurzen Spaziergang zum Schlachtberg etwas Zeit ein. **Bitte parke NICHT außerhalb der Parkzonen.**



» WÄHREND DES RENNENS

▶ ZEITLIMIT

Die einzelnen Strecken müssen innerhalb des Zeitlimits, bis 15:30 Uhr bewältigt werden. Alle Läufer, die nicht innerhalb dieses vorgegebenen Zeitfensters finishen, kommen nicht in die Zeitwertung und können gegebenenfalls aus dem Rennen genommen werden.

▶ REGLEMENT & DISQUALIFIKATION

Der TEAG - LEGEND OF CROSS ist ein Crosslauf mit natürlichen und künstlichen Hindernissen. Das Auslassen und Umlaufen von Hindernissen führt zum Ausschluss und der TEAG - LEGEND OF CROSS gilt als nicht bewältigt. Natürlich gilt Gleiches für unsportliches Verhalten auf der Strecke. Unsere Streckenposten werden die Daten des Teilnehmers an die Rennleitung übermitteln. Der Teilnehmer kann den Lauf zwar beenden, wird jedoch in den Wertungen als „disqualifiziert“ geführt. Unsere Streckenposten sorgen an jedem Hindernis für einen reibungslosen und regelkonformen Ablauf. Die Strecke und die Hindernisse sind so zusammengestellt, dass es nicht zu längeren Wartezeiten vor den Hindernissen kommen soll. Sollte dennoch die Situation entstehen, bitten wir um Fairplay unter den Teilnehmern.

▶ VERPFLEGUNG

An Verpflegungsstationen entlang der Strecke gibt es eine ausreichende Versorgung mit Wasser, Tee, Riegel und Bananen sowie Energy Gele.

▶ ÄRZTLICHE VERSORGUNG & MEDIZINISCHE BETREUUNG

Durch die freundliche Unterstützung des DRK Erfurt können wir an einigen Punkten der Strecke und im Start/Zielbereich ärztliche Versorgung anbieten. Ein Notarzt wird während der gesamten Veranstaltung im DRK Zelt im Zielbereich vor Ort sein. Die Mediziner sind berechtigt, Sportler zu ihrer eigenen Sicherheit aus dem Rennen zu nehmen. **Wir empfehlen dir einen Gesundheitscheck im Vorfeld der Veranstaltung!** Läufer, die ihre Gesundheit im Training oder im Wettkampf nicht gefährden wollen, sollten sich einmal jährlich durchchecken lassen. Darüber hinaus solltest du auf Warnsignale deines Körpers achten. Bitte starte nicht bei akuten Infekten und achte auf deinen besten Freund, den Körper ;-).

» NACH DEM RENNEN

▶ SIEGEREHRUNGEN / PREISE

Gehrt werden die 3 erstplatzierten Männer und Frauen sowie Jungen und Mädchen folgender Strecken und Wertungen: SPRINT / EXPERT / JUNIOR.

▶ ERGEBNISLISTEN

Die aktuelle Ergebnisliste wird nach dem Lauf hier veröffentlicht:
<https://my.raceresult.com/289451/>



>> UNSERE PARTNER



» WIR SAGEN DANKE!

Damit der TEAG – LEGEND OF CROSS FRYHEIT stattfinden kann, braucht es viele Unterstützer. Wir freuen uns, dass unser Titelsponsor, die **TEAG Thüringer Energie**, bereits im achten Jahr mit im Boot ist und uns logistisch unterstützt, mit Manpower dabei ist und auch ein eigenes TEAG-Team ins Rennen schickt.

Die **ikk classic** kommt mit einem Infomobil und ist als langjähriger Partner auch in der Kurstadt dabei. Darüber hinaus ist die Unterstützung vor Ort enorm. Die Firma **Galabau Bätzoldt** ist vor Ort beim Anlegen der Strecke und beim Bau der Hindernisse mit schwerem Gerät eine großartige Unterstützung. Die Getränke liefert unser Partner **Krombacher**. Die **Laufgruppe des Kyffhäuserberglaufvereins** unterstützt uns die **Freiwillige Feuerwehr** im Start- und Zielbereich und an der Strecke. Ebenso viele **Fußballer der Abgetackelten**. Das **DRK** und die **Polizei** sorgen für die Sicherheit unserer Starterinnen und Starter. Die **Stadtverwaltung** stärkt uns den Rücken und das **Panorama Museum** öffnet uns als Veranstaltungsort Tür und Tor.





Wo andere aufgeben, graben wir erst richtig los.

GaLaBau Bätzoldt. Partner des TEAG – LEGEND OF CROSS FRYHEIT.

Bätzoldt's Garten und Landschaftsbau - Stark in Idee und Umsetzung

Unser vielseitiges Angebot zeigt, was wir können: komplexe Projekte planen, gestalten und zuverlässig realisieren.

Von fundierter Beratung über moderne Planung bis hin zur hochwertigen Ausführung, bei uns greift alles ineinander.

Unser Team verbindet Fachwissen mit modernster Technik.

Ein leistungsstarker Maschinenpark, spezialisierte Kleingeräte und ein Fuhrpark, der auf unser Einsatzgebiet abgestimmt ist, sichern Effizienz und Qualität.





SAVE THE

DATE

25./26.10.2024

MÜHLBERG

Deine Anmeldung ist möglich unter:
www.legendofcross.de/anmeldung

DU WILLST DIE

ZU KU NFT

GESTALTEN?

Dann sei dabei! Wir wollen Dich:
als einen von über 300 Zukunftsmachern –
vom Monteur bis zum Ingenieur (m/w/d).

Profitiere von attraktiven Vorteilen:

- ✓ Sicherheit, Transparenz und attraktive Entlohnung dank Tarifvertrag
- ✓ flexible Arbeitsgestaltung - ob im Homeoffice oder im Büro
- ✓ zertifizierte Vereinbarkeit von Beruf und Familie
- ✓ Gesundheits- und Präventionsangebote



Jetzt bewerben!

www.teag.de/stellenangebote

TEAG





TEAG - LEGEND OF CROSS

prana sports GmbH

Blumenstraße 71, Haus 25 . 99092 Erfurt

 <https://www.facebook.com/legendofcross.de>

 <https://www.instagram.com/legendofcross>