

## Olympische Distanz

### Wettkampfinformationen 2017

Liebe Triathletinnen und Triathleten!

Herzlich Willkommen in Stuhr zum 24. swb-Silbersee-Triathlon!

#### **Deine Startunterlagen beinhalten:**

Startnummer (Rad hinten/Laufen vorne), Radnummer (linkes Sitz-/Oberrohr), Helmnummer (vorne anzubringen), Transponder (linkes Bein) und eine farbige Badekappe.

Transponder- und Startnr. müssen identisch sein!

Hier noch mal die **wesentlichen Informationen** im Überblick:

#### **Zeitplan** (Änderungen vorbehalten)

07:00 Uhr - 08:20 Uhr - Ausgabe der Startunterlagen

07:00 Uhr - 08:20 Uhr - Rad Check-in

08:20 Uhr - Begrüßung & Wettkampfbesprechung

(Siegerehrungsbereich)

09:00 Uhr - Startgruppe 1 BLAU

09:02 Uhr - Startgruppe 2 ROSA

09:05 Uhr - Startgruppe 3 ORANGE

09:25 Uhr - Startgruppe 4 GRÜN

09:30 Uhr - Startgruppe 5 ROT + GELB

11:30 - 13:30 Uhr Rad Check-out (bitte die Zeiten einhalten, danach laufender Wettkampf)

12:45 Uhr Zielschluss / Tombola / Siegerehrungen

#### **Allgemeines:**

- Die Startnummer ist gut lesbar zu tragen und darf in keiner Weise verändert werden.
- Für den verkehrssicheren Zustand des Rades ist jeder Teilnehmer selbst verantwortlich.
- Die **Teilnahme** am Wettkampf erfolgt auf **eigene Verantwortung** und **eigenes Risiko**. Sie sollte nur bei absoluter Gesundheit und ausreichendem Trainingsstand erfolgen!
- Bei Unwetter, Gewitter oder aufgrund anderer unvorhersehbarer Ereignisse kann der Veranstalter den Wettkampf unterbrechen, verändern oder ggf. abbrechen!
- Während des Wettkampfes ist das Mitführen von Radio, MP-3 Player, Discman, Mobiltelefonen etc. verboten.
- **Umweltschutz:** Das Entsorgen von Abfall (z.B. Gel-Verpackungen), Bechern und Flaschen ist nur an dafür vorgesehenen Stellen (Verpflegungsstelle) erlaubt und wird bei Nichtbeachtung mit einer Verwarnung geahndet.
- **Achtung:** Bei Aufgabe des Wettkampfes muss sofort eine Abmeldung bei einem Kampfrichter oder dem Wettkampfleiter erfolgen, insbesondere während des Schwimmens. Ansonsten müssen eingeleitete Rettungsmaßnahmen durch den Teilnehmer bezahlt werden.

#### **Zeiterfassungssystem**

**Der Chip ist mit dem gestellten Chipband über dem Fußgelenk zu tragen.** Es ist darauf zu achten, dass er nicht verloren gehen kann. Nicht zurückgegebene Transponder werden mit 25 EUR berechnet.  
Die Zeiterfassung und Rundenkontrolle erfolgt automatisch beim Überlaufen der Erfassungsmatten.

#### **Check-in**

- Die Radnummer ist auf der linken Seite des Rades gut sichtbar anzubringen (z.B. links am Sitz- bzw. Oberrohr).
- Die Helmnummer ist vorne am Helm anzubringen.
- Für ein zügiges Einchecken bitte die Rad-/Helmnummer vorher anbringen, (radsportspezifischen) Helm aufsetzen und Kinnriemen schließen.
- Im Bereich der Expo wird ein kostenloser Radservice von Riha-Bikes angeboten. Für Material ist selbst aufzukommen.

**Wechselzone** (getrennte Wechselzone: Radständer/Bekleidung): Am Rad dürfen sich nur Helm (mit geöffnetem Kinnriemen), Start-Nr., Schuhe (nur eingeklickt) und Brille befinden. Alles Weitere ist im Bekleidungsbereich abzulegen. **Wir haben nur wenig Platz!** Bitte nehmt nur das Allernotwendigste mit. Große Taschen/Kisten können nicht in der Wechselzone platziert werden!

#### **Schwimmen 1500m**

- Die ausgegebene Badekappe ist zu tragen.

- Check-in Schwimmstart: Zutritt zum Startraum erfolgt für jede Startgruppe ab 10 min vor dem jeweiligen Start. Die Registrierung erfolgt automatisch beim Übergehen der Registrierungsmatte. Ein Verlassen des Startraumes ist nach der Registrierung nicht mehr möglich.
- Einschwimmen ist bis 3 min vor dem jeweiligen Start rechtsseitig und nur in dem extra dafür abgetrennten Bereich möglich.
- Wasserstart im Strandbereich. Geschwommen werden 2 Runden á 750m, mit kurzem Landgang.
- Zeitlimit Schwimmen 40 min.
- **Wichtig:** Athleten, die nach dem Schwimm Check-in nicht starten oder das Schwimmen nicht beenden, müssen sich umgehend beim Wettkampfleiter oder einem Kampfrichter abmelden. Die Kosten für eingeleitete Rettungsaktionen hat ansonsten der jeweilige Teilnehmer zu tragen!

#### **Radfahren (40 km Wendepunktstrecke):**

- Während des Radfahrens **Startnummer hinten** tragen
- Auf- und Absteigen auf das Rad darf erst auf der Straße, nach bzw. vor der Markierung erfolgen. Das Fahren in der Wechselzone ist nicht erlaubt.
- **Helmpflicht!** Geschlossener Helm vor Aufnahme des Rades. Der Helmverschluss darf erst nach dem Abstellen des Rades wieder geöffnet werden.
- Die Strecke ist durch Pfeile auf der Straße gekennzeichnet.
- Kritische Punkte sind durch Schilder gekennzeichnet bzw. werden durch Helfer angezeigt.
- An wichtigen Punkten übernimmt die Polizei die Verkehrsleitung. Jegliche Anweisungen von Streckenposten und Helfern sind unverzüglich zu befolgen. Sicherheit geht vor!
- Die Bestimmungen der **StVO sind einzuhalten!** Die Radfahrer sind **nicht vorfahrtsberechtigt! / absolutes Rechtsfahrgebot!**
- Beim **Überfahren der Mittellinie** erfolgt eine **sofortige Disqualifikation**, gleiches gilt für „**Kurvenschneiden**“!
- **Windschattenfahren verboten (Windschattenzone: 12m)!** Ein von hinten aufholender Teilnehmer hat die Windschattenzone des vor ihm fahrenden innerhalb von 25 Sekunden zu durchqueren! Kontrolle durch Kampfrichter, Verstoß führt zur **Disqualifikation**.
- Zeitlimit Schwimmen und Rad 2:10h

#### **Laufen (10 km – 3 Runden á 3,3 km):**

- **Startnummer vorne** tragen (St.-Nr.-Band)
- Es ist immer absolut rechts zu laufen, um schnelleren Läufern ein Überholen zu ermöglichen!
- Pro Runde 2 Verpflegungsstellen.  
Aufbau: Wasser-Iso-Cola-Wasser-Schwämme
- Rundenkontrolle durch automatische Registrierung am Wendepunkt.
- Jeder Teilnehmer ist für die korrekte Anzahl der gelaufenen Runden eigenverantwortlich.
- Nach Beendigung der 3. Runde links in die Zielgasse abbiegen.

#### **Ziel:**

- Übergabe des Finisher-Präsents
- Stärkung am Finisher-Buffer
- Abgabe der Startnummer zur Teilnahme an der Tombola
- Wohltuende Massage vom Team des Gesundheitszentrum Harlekin
- Zielschluss 12:45 h

#### **Tombola/Siegerehrung ca. 12:45 h**

Die Tombola & Siegerehrung ist Teil des Wettkampfes! (Prämien/Preise/Pokale usw. müssen persönlich bei der jeweiligen Siegerehrung bzw. nach Aufruf entgegengenommen werden. Es erfolgt keine nachträgliche Ausgabe oder Nachsendung.)

#### **Rad Check-out**

Die Ausgabe des Rades erfolgt nur gegen Rückgabe des Transponders. Die Rad-Ausgabe erfolgt nur von 11:30-13:30h, danach laufender Wettkampf!

**Viel Spaß und Erfolg wünschen euch die LC Hansa Stuhr Tri-Wölfe !**

PS. Lasst uns eure Wünsche und Verbesserungsvorschläge wissen! Gebt eure Nachricht beim Infostand ab oder schreibt uns eine Mail (info@silbersee-triathlon.de)!

## Zusatzinformationen für die Staffeln

### Startunterlagen:

- Der Schwimmer erhält den Transponder und die Badekappe.
- Der Radfahrer erhält die Startnummer (Startnummernband wird empfohlen), sowie Radnummer (links am Sitz- bzw. Oberrohr) & Helmnummer (vorne anzubringen).

### Allgemeines:

- Der Transponder dient als „Staffelstab“ und muss von jedem Staffel-Teilnehmer mitgeführt und am linken Bein getragen werden.
- Der Transponder ist ausschließlich im ausgewiesenen Wechsel-Bereich der Staffeln in der Wechselzone zu übergeben.

### Schwimmen:

Der Schwimmer startet mit dem Transponder.

### Wechsel Schwimmen / Radfahren:

- Nach dem Schwimmen erfolgt die Zwischen-Zeitnahme
- Übergabe des Transponders an den Radfahrer erfolgt im ausgewiesenen Bereich in der Wechselzone.
- Der Radfahrer trägt die Startnummer (Startnummernband!) bereits auf dem Rücken.
- Stärkung für den Schwimmer am Finisher-Buffer

### Wechsel Rad / Laufen:

- Der Radfahrer übergibt im gekennzeichneten Bereich in der Wechselzone die Startnummer und den Transponder an den Läufer.
- Der Läufer trägt die Startnummer vorne.
- Stärkung für den Radfahrer am Finisher-Buffer

### Laufen (10 km – 3 Runden á 3,3 km):

- **Startnummer vorne** tragen
- es ist immer absolut rechts zu laufen, um schnelleren Läufern ein Überholen zu ermöglichen!
- pro Runde 2 Verpflegungsstellen.  
Aufbau: Wasser-Iso-Cola-Wasser-Schwämme
- Rundenkontrolle durch automatische Registrierung am Wendepunkt.
- Jeder Teilnehmer ist für die korrekte Anzahl der gelaufenen Runden eigenverantwortlich.
- Nach Beendigung der 3. Runde links in die Zielgasse abbiegen.

### Ziel

- Übergabe des Finisher-Präsents
- Stärkung am Finisher-Buffer
- Abgabe der Startnummer zur Teilnahme an der Tombola
- Wohltuende Massage vom Team des Gesundheitszentrum Harlekin
- Zielschluss 12:45 h

**Achtung:** bei Aufgabe des Wettkampfes muss **sofort** eine Abmeldung bei einem Kampfrichter oder dem Wettkampfleiter erfolgen, **insbesondere während des Schwimmens**. Ansonsten müssen eingeleitete Rettungsmaßnahmen durch den Teilnehmer bezahlt werden. Die Rückgabe des Transponders erfolgt im Zielbereich!

**Viel Spaß und Erfolg wünschen euch die LC Hansa Stuhr Tri-Wölfe !**

