

Liebe TriathletInnen Schüler B,



**Diese Teilnehmerinformation ersetzt die Wettkampfbesprechung! Deshalb bitte sorgfältig lesen!** Sie soll Euch alle Fragen rund um den Wettkampf beantworten und auf die Besonderheiten auf der Strecke hinweisen.

Die hier genannten Regeln dienen nicht zuletzt Eurer Sicherheit und sollen dafür sorgen, dass Ihr alle einen super Tag hier in Griesheim erlebt! Solltet Ihr trotzdem noch offene Fragen haben, scheut Euch nicht, sprecht uns an oder kommt zum Infopoint.

Wir werden im Folgenden versuchen Euch chronologisch entlang des Wettkampfs zu leiten.

- Sofern Ihr Eure Startnummer noch nicht auf dem Arm markiert habt, meldet Euch bei den freundlichen Helfern mit Edding bei der Startnummernausgabe.
- Bevor Ihr zum Eurem Technikparcour und Check-In zum Hallenbad aufbrecht, schaut Euch den Laufweg durch die Wechselzone an. Über den Eventbereich könnt Ihr prima alles in Augenschein nehmen, ohne die Athleten zu stören. Auch den Radabstieg! Dazu verlasst ihr das Eventgelände Richtung Norden (am Pfungstädter Kühlwagen vorbei) und biegt auf der Straße rechts ab.
- Danach geht Ihr, der Beschilderung nach, zum Hallenbad.
- Nach Ablaflängen- und Helmkontrolle etc. absolviert Ihr den Fahrrad-Technikparcour. Startzeiten siehe Aushang.
- Als nächstes folgt der Check-In in Eure Wechselzone.
- **HIER GELTEN DIE CHECK-IN ZEITEN**
- Für Euch haben wir eine eigene 1. Wechselzone eingerichtet, damit Ihr schneller aufs Rad wechseln könnt. Hier steht auch eine Kiste, in der Ihr Eure Sachen vom/zum Wechsel deponieren könnt.
- Offen am Fahrrad darf nur der Helm sein. Alle weiteren Gegenstände gehören in die Kiste.
- Die 2. Wechselzone befindet sich in der allgemeinen Wechselzone der „Großen“.
- Ihr habt die Möglichkeit Euch im kleinen Becken einzuschwimmen. Aber findet Euch bitte spätestens 10 Minuten vor Eurem Start im Vorstartbereich ein, wir machen noch ein kurzes Briefing.
- Der Transponder ist am Fuß zu tragen und soll beim Schwimmstart schon befestigt sein. Achtet bitte darauf, dass ihr mit dem Transponder außerhalb Eures Wettkampfes **nicht in die Nähe der Zeitmessmatten** kommt. (z.B. am Hinterausgang des Schwimmbads)

***Generell ist den Anweisungen der Kampfrichter und Helfer Folge zu leisten.***

## **Schwimmen**

- Ihr findet bei Eurer Startnummer (ausgehängte Liste im Schwimmbad) eine zugewiesene Bahn. Meldet Euch dort beim Helfer und checkt die Farbe Eurer mitgebrachten Badekappe damit keine Farbe doppelt auf der Bahn vorkommt. Falls nötig stellen wir Euch eine andere Farbe.
- Geschwommen werden 200 m – **8 Bahnen**.
- Gestartet wird im Wasser als Wasserstart.
- Sprecht Euch auf Euren Bahnen ab, das hilft Sortieren und vermeidet unnötige Rangeleien.
- Nach dem Schwimmausstieg geht es direkt hinten aus dem Hallenbad raus über eine Rampe zum Weg in die Wechselzone.

## Wechsel 1

- In der Wechselzone herrscht striktes Fahrverbot!
- **Schwimmbrille/Badekappe in die Kiste legen.**
- Startnummernband mit Nummer anziehen.
- Der Helm bleibt von der ersten bis zur letzten Berührung des Rads aufgesetzt und verschlossen!
- Der Aufstieg befindet sich weiter in Laufrichtung am Ende der Wechselzone

## Radfahren

- **Die Distanz beträgt ca 5 km. Es ist 1 Runde bis zum Kreisel zu fahren!**
- Es gilt: **Windschattenverbot!**
- Die Strecke ist für den öffentlichen Verkehr voll gesperrt, es gilt aber trotzdem die StVO.
- Bitte **Vorsicht** in der ersten Kurve!
- **Achtung Überholverbot!** Es gibt ein kurzes Stück durch den Wald (300m) das nicht asphaltiert ist, hier ist die Strecke sehr eng und deshalb gilt Überholverbot.
- Auf der Radrunde ist es verboten zum Überholen die Mittelmarkierung zu überqueren!
- Diese Regeln dienen Eurer Sicherheit! Bei allen Verstößen des Überholverbots erfolgt eine sofortige Disqualifikation (rote Karte).

## Wechsel 2

- Der Radabstieg ist markiert.
- Den Weg zum Abstellen des Rades zeigen Euch die Helfer an. Der Helm bleibt am Rad.

## Zeitstrafe / Penaltybox

- Habt Ihr eine Zeitstrafe erhalten, so müsst Ihr Euch selbständig in der Penaltybox (Strafbank) am Ende der Wechselzone einfinden. Wer seine Strafe nicht antritt wird im Ziel disqualifiziert!

## Laufen

- **Die Distanz beträgt ca. 1 km. Es ist eine Runde zu laufen!**
- Eine Versorgungsstelle mit Trinkwasser wird durchlaufen.
- Die Laufstrecke wird im Uhrzeigersinn gelaufen.
- Nach dem Abschluss der Runde geht es zurück auf Schulgelände ins Ziel!

## Ziel

- Genießt unsere reichhaltige Zielverpflegung mit Obst und verschiedensten Getränken!
- Den Chip behaltet Ihr bis zum Check-Out. Hier heißt es: Chip gegen Rad!  
Zum Check-Out betretet Ihr die Wechselzone wieder durch das Check-In.
- **Achtung denkt an Eure Sachen aus der Kiste aus Wechselzone 1.**
- Ihr müsst nicht gleich auschecken, denn auf dem Eventgelände herrscht Fahrradverbot, weil nicht genug Platz ist. Ihr könnt einfach Euer Rad noch länger in der Wechselzone hängen lassen, das ist einfacher! Ansonsten nutzt bitte die Fahrradaufbewahrung am Infopoint. Letzte Check-Out Zeit 13:30 Uhr.
- Ergebnisse werden im Eventbereich ausgehängt.
- Bis zur Siegerehrung bleibt ausreichend Zeit das hervorragendes Kuchenbuffet oder die Grillkünste der Abteilung Carneval des TuS zu testen! Für Euer leibliches Wohl und das Eurer Fans ist bestens gesorgt!

Zuallerletzt wünscht Euch allen das gesamte Short-Track Orga-Team mit insgesamt über 100 Helfern, welche dies alles extra für Euch machen, einen super Tag und einen gesunden und erfolgreichen Wettkampf!