

## Allgemeine Infos zum Ablauf am Wettkampftag

### Startunterlagen

- ab 7.00 Uhr am Wasserwachthaus Startunterlagen abholen
- Inhalt: Startnummer, Transponder, Start-Nr.-Aufkleber, Badekappe, etc.
- Startnummernband selbst mitbringen oder ggf. Sicherheitsnadeln verwenden
- Papier-Startnummer am Startnummernband befestigen
- 2 Startnummer-Aufkleber am Rad (Fahrtrichtung links) und Helm (mittig vorne) anbringen
- Transponder am linken Fußgelenk befestigen

### Check-In in der Wechselzone

- 07.00 – 09.00 Uhr (Einzel + Staffel)
- nur Athleten in der Wechselzone (keine Kinder / keine Begleitpersonen)
- alle Startnummern müssen aufgeklebt sein
- Transponder am linken Fußgelenk
- Helm geschlossen aufsetzen
- Kontrolle durch Kampfrichter
- Jeder Teilnehmer ist für die techn. Sicherheit seiner Ausrüstung selbst verantwortlich

### Wechselzone

- Wechselzone nach Startnummern gekennzeichnet
- nur Athleten in der Wechselzone (keine Kinder / keine Begleitpersonen)
- Helm mit offenem Verschluss am Rad
- in der Wechselzone muss das Rad geschoben werden
- nur benötigte Gegenstände am Rad
- darf nur über Eingang/Ausgang betreten/verlassen werden
- Übersteigen der Absperrung führt zur Disqualifikation
- keine Markierung des Rad-Stellplatzes

### Wettkampfbesprechung

- 09.00 Uhr für Einzel
- 11.15 Uhr für Staffel für alle Staffel-Teilnehmer
- **Teilnahme ist verpflichtend**

### Schwimmen

- Badehaube **muss** getragen werden (aus Starterunterlagen)
- Schwimmbrille erlaubt
- Neopren grundsätzlich zugelassen – die Temperatur ist entscheidend. Kampfrichter messen am Wettkampftag ca. 1 Stunde vor Start (siehe Aushang)
- Sonstige Hilfsmittel (Flossen, Socken, Handschuhe, etc.) sind nicht zugelassen
- Beim Schwimmen darf die Papier-Start-Nr. nicht getragen werden
- **Startnummer auf Badehaube oder Oberarm**

## **Radfahren**

- **Startnummer auf dem Rücken**
- 2 Startnummer-Aufkleber am Rad (Fahrtrichtung links) und Helm (mittig vorne)
- Windschattenfahrverbot!
- Kampfrichter auf Radstrecke
- Es muss eine Oberkörperbekleidung getragen werden
- Mitführen und Benutzung von Kopfhörern, Handys, Helmkameras etc. verboten

## **Laufen**

- **Startnummer auf der Brust**
- Wasserstationen auf der Laufstrecke
- es muss eine Oberkörperbekleidung getragen werden
- Mitführen und Benutzung von Kopfhörern, Handys, Helmkameras etc. verboten
- Keine Begleitung

## **Staffel**

- Transponder wird an den nächsten Teilnehmer weitergegeben (linkes Fußgelenk)
- Zwischenresultate bleiben unberücksichtigt

## **Zielbereich**

- Kostenlose Zielversorgung für alle Teilnehmer

## **Sanitäre Anlagen / Umkleiden**

- am Rothsee gibt es je eine Umkleide auf den Liegewiesen und eine Umkleide am Wasserwachthaus
- Toiletten am Wasserwachthaus
- Toilettenwagen auf Höhe des Spielplatzes
- Direkt am See nur je eine Dusche auf den Liegewiesen (allerdings ohne Sichtschutz)
- Duschen und Umkleiden am Sportplatz / Sportheim des TSV Zusmarshausen (Stadionstr. 2 in Zusmarshausen - ca. 2 Minuten Fahrzeit)  
Der Zugang befindet sich zwischen Zuschauertribüne (Ausschilderung vorhanden)

## **Check-Out in der Wechselzone:**

- ab ca. 12.30 – 14.00 Uhr
- gegen Rückgabe des Transponders und Vorlage der Startnummer kann das Rad ausgecheckt werden
- Der Transponder muss in der Wechselzone abgegeben werden!
- Bei Nicht-Abgabe werden die Kosten dafür weiterberechnet

## **Siegerehrung:**

- Einzel ca. 13.00 Uhr
- Staffel ca. 14.00 Uhr



**Wir wünschen allen Teilnehmern sportlichen Erfolg und allen Zuschauern viel Spaß!**  
TSV Zusmarshausen e.V. – Abteilung Fitness, Ausdauer & Triathlon