

Letzte Hinweise und aktualisierter Zeitplan

FÜR BETREUER:

- ▶ Wer mit großem Bus + Anhänger anreist, fährt bitte nicht in den Parkplatz 1, sondern stellt den Bus in der Haltebucht an der Schwalbenstraße ab! Zwischen 8:00 und 11:00 Uhr ist das kein Problem. Ab 10:30 Uhr, aber erst wenn der letzte Nur-Schwimmer getrocknet und umgezogen im Bus sitzt, sollen die Busse zum Volksfestplatz gefahren, Kleinbusse bis zum Kaninchenzüchter-Verein (100 Meter vor Wechselzone 2), und dort die Räder verladen werden. Sind alle Räder verladen (auch die der Einzelstarter – Ausgabe anhand der Startliste) können die Busse mit den Schülern zum Parkplatz 2 fahren, von wo zur Siegerehrung gegangen wird.
DGK-Schüler/innen, die als Radfahrer in einer Team-Staffel starten bleiben nach Ankunft in Wechselzone 2 zunächst dort bei Marie und Maya (Trinken!). Von Marie und Maya sie werden sie um 11:00 Uhr (ggf. etwas früher, nachdem der letzte Athlet vom Radfahren zum Laufen gewechselt hat), über die Laufstrecke zur Siegerehrung geführt, nach der Siegerehrung von Herrn Plank zurück zu Wechselzone 2, von wo mit den Rädern zurück zur Schule gefahren wird.
- ▶ **Startunterlagen bitte bis 9:00 Uhr abholen und an die Schüler verteilen!**
- ▶ Bis 9:30 Uhr müssen Räder und Helme kontrolliert, anschließend mit Aufklebern versehen und im richtigen Bereich der Wechselzone 1 abgelegt sein, bei Einzelstartern auch Schuhe, Startnummernband, Lauf-Shirt (es sei denn, ein Triathlon-Anzug wird getragen), und evtl. ein kleines Handtuch um die Füße halbwegs trocken zu kriegen
- ▶ Um 9:30 ist eine kurze Wettkampf-Besprechung für Athleten und Betreuer im Bereich der Wechselzone 1.
- ▶ Ab 9:40 besteht die Möglichkeit, sich im Freizeitbecken einzuschwimmen.
- ▶ Um 9:40 Uhr werden alle Nur-Läufer von Marie und Maya zu Wechselzone 2 geführt.
- ▶ Die Wärmekleidung der Einzelstarter soll möglichst von den Betreuern zum Ziel gebracht werden. Dann möglichst bald die Räder aus Wechselzone 2 abholen, Bus auf Parkplatz 2 Kellerwiese abstellen und zur Siegerehrung wieder zum Schiffsanleger bzw. zum Zielbereich kommen. Wer keine Möglichkeit hat, die Wärmekleidung bis zur Ankunft der Athleten zum Ziel zu transportieren, (z.B. nur 1 Betreuer und 1 Bus für ein Team mit Startzeiten um 10:10, 10:20 und 10:30 Uhr), sammelt die Wärmekleidung bitte und übergibt sie an den Fahrdienst für Wärmekleidung.

NICHT VERGESSEN (FÜR ATHLETEN – BETREUER KONTROLLIEREN DAS BITTE):

- ▶ Eure Mountainbikes und Helme müssen die Vorgaben (fester Sitz, sicher funktionierende Bremsen, , keine Slicks, keine Klick-Pedale → s. Ausschreibung) erfüllen!
- ▶ Jeder Einzelstarter sowie jeder Radfahrer und jeder Läufer einer Team-Staffel braucht ein Startnummernband (notfalls Gummiband, das um die Taille reicht + 2 Sicherheitsnadeln).
- ▶ Beim Radfahren und beim Laufen muss entweder ein Triathlon-Anzug oder ein Lauf-Shirt o.ä. getragen werden!

VERHALTEN UND FAIR PLAY:

- ▶ Fairness ist oberstes Gebot!
- ▶ Rechts schwimmen, fahren und laufen, damit schnellere Athleten überholen können!
- ▶ Absteige-Anweisungen (Schiebestrecken), Langsam-Fahr-Gebote (letzter Teil der Fußgänger-Brücke über den Kanal) und Überholverbote dürfen nicht missachtet werden!

HINWEISE:

- ▶ Niemand wird gezwungen, Interviews zu geben oder sich einzeln fotografieren zu lassen und dazu seinen Namen anzugeben. Jedoch werden während der gesamten Veranstaltung Fotos und gemacht und in den Medien veröffentlicht. TVA-wird auch Video-Aufzeichnungen senden. Darauf, einen Anspruch auf Löschung von Fotos geltend zu machen, wird mit der Teilnahme am Inklusiven Triathlon verzichtet.

- ▶ Einschwimmen ist im Freizeitbecken möglich (ab 9:40 Uhr). Wegen niedrigen zu erwartenden Temperaturen bitte nach dem Einschwimmen nochmals Wärmekleidung anziehen, diese erst ca. 2 min vor dem Start an die Betreuer übergeben, die diese ins Ziel bringen müssen (gilt nur für Einzelstarter, da die Schwimmer der Team-Staffeln im Keldorado abgelöst werden und ihre Wärmekleidung wieder anziehen können), und erst ca. 20 bis 30 sec vor dem Start die Position im Becken einnehmen!

Die Einzelstarter können ihre Schwimmbrillen im Bereich vor der Wechselzone 1 in einen Wäschekorb werfen und im Ziel während der Siegerehrung wieder abholen.

IN WECHSELZONE 1:

Einzelstarter:

- ▶ Startnummernband anlegen (Nummer hinten!)
- ▶ Lauf-Shirt überziehen (außer ein Triathlon-Anzug wird getragen)
- ▶ Schuhe anziehen
- ▶ Helm aufsetzen und Halteriemen schließen
- ▶ liegendegebliebene Handtücher zum Trocknen der Füße werden mit den Schwimmbrillen zum Ziel gebracht

Teams:

- ▶ Transponder übergeben!

Alle:

- ▶ Alles muss vor 9:50 Uhr im jeweiligen Bereich Wechselzone bereitgelegt werden!

IN WECHSELZONE 2:

Alle:

- ▶ Rechtzeitig (vor der Linie) absteigen!
- ▶ Das Rad bis ganz nach vorne schieben und unmittelbar hinter dem vordersten Rad ablegen!
- ▶ Erst hier Helmriemen öffnen, Helm abnehmen und an den Lenker hängen!

Einzelstarter:

- ▶ : Nummernband so drehen, dass die Nummer jetzt vorne ist!

Radfahrer in einer Team-Staffel:

- ▶ Transponder übergeben

IM ZIEL:

- ▶ Transponder abgeben!
- ▶ Trinken!
- ▶ Wärmekleidung abholen und anziehen!
- ▶ Möglichst bald nach Zielankunft gemeinsam mit Betreuer und Busfahrer das Rad aus Wechselzone 2 abholen und verladen (Aushändigung der Räder gegen Vorlage der Startnummer!), Bus anschließend auf Parkplatz 2 Kellerwiese abstellen und ca. 200m zu Fuß zur Siegerehrung/zum Zielraum gehen (s. MAPS)
- ▶ DGK-Schüler holen ihre Räder erst nach der Siegerehrung und fahren in Begleitung einer Lehrkraft (Plank) gemeinsam zurück zur Schule: WZ 2 > Europabrücke > Netto > DGK; die Schwimmer und die Läufer werden nach der Siegerehrung von einer Lehrkraft zur Schule geführt.

AKTUALISIERTER ZEITPLAN:

- ▶ Wellenstarts um 10:00, 10:10, 10:20 und 10:30 Uhr
- ▶ Siegerehrung für Welle 1: 11:20 Uhr
- ▶ Siegerehrungen für Wellen 2, 3 und 4 ab 11:40 Uhr (ab 11:00 Uhr müssten alle Athleten im Ziel sein, d.h. 40 min Zeit, die Räder zu verladen und die Busse umzuparken); große Busse mit Anhänger müssen ggf. am Volksfestplatz geparkt werden – 150 m mehr zu gehen, um zur Siegerehrung zu kommen.