

#### Anreise

Eingabe fürs Navi: „Sürenheider Str. 112 in 33415 Verl“

Achtung: Wenn ihr über die A2 kommt, schickt euch das Navi über die Radstrecke! Diese ist ab 8:30 voll gesperrt. Folgt daher bitte ab der A2 Abfahrt Gütersloh der Anfahrtsbeschilderung durch den Stadtkern von Verl.

#### Parken

Parkplätze findet ihr am Freibad Verl. Ein Parkplatzplan findet ihr auf [www.triathlon-verl.de](http://www.triathlon-verl.de)

#### Startunterlagen

Können am Samstag, 12. Juli von 15:30 bis 17:30 beim Cafeteriazelt oder Sonntag, 13. Juli ab 7.30 Uhr im Meldebüro (Pavillon gegenüber vom Check In) abgeholt werden. Zu den Startunterlagen gehören: 1 Athletenarmband (das Tragen ist Pflicht), 1 Startnummer, 1 Transponder (Band für die Zeitmessung gibt es beim Check In), 1 Radaufkleber, 1 Badekappe. (Der Radaufkleber ist am Rad zu befestigen, Radaufkleber, Startnummer und Athletenband berechtigen zum Eintritt in die Wechselzone).

WICHTIG: Der Transponder + Band wird vom Veranstalter leihweise und kostenlos zur Verfügung gestellt.

**Nach dem Wettkampf den Transponder bitte eigenverantwortlich beim Check Out zurückgeben.** Solltest Du den geliehenen Chip nicht zurückgeben, müssen wir Dir im Nachhinein 50,- EUR dafür berechnen. Der Transponder ist nur auf dieser Veranstaltung und nur an diesem Tag nutzbar. Eine Nutzung an folgenden Veranstaltungen ist mit diesem Transponder nicht möglich. Der Transponder wird mittels Klettband am Fußgelenk befestigt.

#### Startnummer

Es wird nur eine Startnummer ausgehändigt, die nicht beim Schwimmen getragen werden darf! Die Startnummer wird beim 1. Wechsel aufgenommen werden.

Beim Radfahren ist die Startnummer auf dem Rücken und beim Laufen vorne zu tragen. Deshalb sollte die Startnummer an einem Gummiband befestigt werden, um nach dem Radfahren die Startnummer nach vorne „drehen“ zu können.

#### Wechselzone / Einchecken in die Wechselzone

Befindet sich auf dem Sportplatz am Verler See. Am Wechselplatz dürfen nur Utensilien abgelegt werden, die für den Wettkampf benötigt werden. Sporttaschen, Kisten & Rucksäcke bitte in dem dafür vorgesehenen Bereich deponieren! Das Rad und die Wettkampfsachen können zu den jeweiligen Check-In-Zeiten in die Wechselzone gebracht werden.

**Wildpinkeln in der Wechselzone ist nicht erlaubt und wird mit Disqualifikation geahndet!**

#### CHECK-IN ZEITEN:

7:45-8:45 Uhr Olympische Männer & Regionalliga Männer

8:15-9:15 Uhr Landesmeisterschaft Swim & Run

8:30-9:30 Uhr Olympische Frauen & Regionalliga Frauen

9:30-10:45 Uhr VW Schröder-Volkstriathlon Männer

9:45-11:00 Uhr VW-Schröder-Volkstriathlon Frauen & Staffeln

11:00-11:45 Uhr Schüler A & Jugend B

11:30-12:15 Uhr Schüler B

CHECK OUT: für alle Teilnehmer bis spätestens 13:30 Uhr!

Das Einchecken wird durch Kampfrichter des NRWTV durchgeführt. Die Check-In-Zeiten sind unbedingt einzuhalten! Bitte haltet beim Einchecken euer Rad mit Aufkleber, eure Startnummer und euren Radhelm bereit! Die Wechselzone wird von Helfern bewacht und darf nur von Athleten und befugten Personen betreten werden. Um die Wechselzone betreten zu können muss das Athletenarmband vorgezeigt werden. Während der Wettkämpfe ist das Betreten der Wechselzone nicht oder nur unter besonderen Umständen möglich. Sie wird bis 13:30 Uhr bewacht. Bis zu diesem Zeitpunkt müssen die Wettkampfsachen aus der WZ entfernt worden sein.

#### CHECK-OUT:

NUR MÖGLICH mit Rad mit befestigtem Radaufkleber, Startnummer und Chip.

#### Die wichtigsten Regeln für die Wechselzone

- Das Fahrradfahren ist beim Verlassen der Wechselzone erst nach der markierten Linie gestattet. (Das Fahren in der Wechselzone ist nicht erlaubt!)
- Nach dem Radfahren muss vor der Markierung zur Wechselzone vom Rad abgestiegen werden (Das Fahren in der Wechselzone ist nicht gestattet!)
- Beim Radfahren ist die Startnummer auf dem Rücken und beim Laufen vorne zu tragen. (Sicherheitsnadeln gibt es bei der Startunterlagenausgabe!)
- Der Radhelm muss geschlossen sein, bevor das Rad aufgenommen wird und darf erst wieder geöffnet werden, wenn das Fahrrad nach dem Radfahren in der Wechselzone abgestellt worden ist.

#### Staffel:

Eine Staffel besteht aus insgesamt 3 AthletInnen, die jeweils eine Teildisziplin des Triathlons absolvieren. Der Staffelwechsel erfolgt am ausgeschilderten Wechselplatz „STAFFELWECHSEL“ und NICHT am Radständer.

Für Staffeln dient der Chip als „Wechselstab“ und wird von dem Schwimmer an den Radfahrer übergeben. Der Radfahrer darf schon vorbereitet sein mit Startnummer, Helm und Radschuhe. Die Übergabe von Radfahrer auf Läufer findet mit Chip und Startnummer statt.

#### Wettkampfbesprechung:

Findet für alle Starter jeweils 10 Min. vor jedem Start am See statt. Die Teilnahme ist Pflicht!

#### Schwimmen:

Geschwommen wird gegen den Uhrzeigersinn. Eine Schwimmrunde ist 750m lang. Die zur Verfügung gestellten Badekappen sind zwingend zu tragen. Eigene Badekappen können unter der offiziellen getragen werden.

#### Neoprenanzüge:

Gemäß der aktuellen Sportordnung der Deutschen Triathlon Union ist das Tragen von Neoprenanzügen abhängig von der Wassertemperatur. Das Kampfgericht entscheidet am Wettkampftag darüber.

#### Radfahren:

Die Radstrecke ist ein 10km langer Wendepunkturs. Für das Zählen der Runden ist jeder der Athleten selbst verantwortlich! Auf der Strecke ist ein Kontrollpunkt eingerichtet, an dem eine Überprüfung der absolvierten Radrunden vorgenommen wird. Das Windschattenfahren ist verboten und wird von den Wettkampfrichtern kontrolliert.

#### Laufen:

Die Laufstrecke führt in einem 2,5km Rechtskurs um den Verler See. Die Rundenzählung erfolgt elektronisch.

#### Schüler

Es gelten die gleichen Regeln beim CheckIn und CheckOut wie für die anderen Athleten.

#### Schwimmen:

Es wird genauso gestartet wie bei den Erwachsenen, nur muss früher abgebogen werden und eine oder zwei Runden 200m geschwommen werden.

#### Rad:

Schüler A und Jugend B fahren eine Runde auf Radstrecke.

Schüler B werden eine gekürzte Strecke fahren.

#### Laufen:

Schüler A und Jugend B laufen eine Runde um den See.

Schüler B laufen eine Wendepunktstrecke auf der vorgegebenen Laufstrecke.

Die Strecken für Schüler B werden bis 2 Wochen vor dem Start auf der Homepage bekannt gegeben.

#### Doppelstarter Landesmeisterschaft Swim & Run und Volksdistanz

Ihr habt 2 Plätze in der Wechselzone. Ihr könnt das Rad direkt mit in die Wechselzone zur Landesmeisterschaft reinnehmen. Weist euch aus mit euren beiden Startnummern. Bitte stellt das Rad an eurem Platz von der Volksdistanz ab. Der Wechsel muss immer an dem Platz stattfinden welchen Wettkampf gerade bestritten wird.

#### Verpflegungsstellen / Zielverpflegung:

Auf der Laufstrecke gibt es 2 Verpflegungspunkte: Verpflegung 1 ist auf dem Sportplatz ca. 50m nach Beginn der Laufstrecke. Hier reichen wir Wasser und Schwämme. Die Verpflegungsstelle 2 befindet sich bei KM 0,6 auf der Laufstrecke 200m vor dem Wendepunkt.

Im Ziel bieten wir Wasser, isotonische Getränke aus dem Hause Christinen Brunnen, Bananen, Äpfel, Melonen & Waffeln, alkoholfreie Bier- und Biermixgetränke an.

#### Massage:

Auch 2025 bieten wir den Athleten einen kostenlosen Massageservice. Das Team von BMD Physio aus Schloß-Holte unterstützt uns in diesem Jahr.

#### Startzeiten:

9:00 Uhr Olympisch Männer & Regionalliga Männer

9:30 Uhr Landesmeisterschaft Swim & Run

9:45 Uhr Olympisch Frauen & Regionalliga Frauen

11:00 Uhr VW Schröder Volkstriathlon Männer

11:20 Uhr VW Schröder Volkstriathlon Frauen und Staffeln

12:00 Uhr Schüler A & Jugend B

12:30 Schüler B

Diese Zeiten sind noch ohne Gewähr und können sich bis zum 04.07.24 geringfügig ändern.

#### Siegerehrung:

Etwa 30 Minuten nachdem der letzte Athlet einer Disziplin das Ziel erreicht hat und ggf.

Einspruchsfristen abgelaufen sind.

#### Duschen:

Nach dem Wettkampf stehen die Duschen und Umkleiden im Freibad kostenlos zur Verfügung. 1km Entfernung. Bitte Startnummer als „Eintrittskarte“ bereithalten.

#### Ergebnislisten & Urkunden:

Die Ergebnislisten und die Urkunden können von unserer Event-Homepage ([www.triathlon-verl.de](http://www.triathlon-verl.de)) abgerufen werden.

Wir wünschen allen Athletinnen und Athleten einen schönen und erfolgreichen Wettkampf!!

Euer Orgateam vom TV Verl !!!