

Wettkampf – Info

Startunterlagenausgabe

Samstag 16:00 – 19:00 Uhr Freibad Auermühle

Sonntag 06:30 Freibad Auermühle



Inhalt der Startunterlentüte

1 Startnummer

wird mit den Sicherheitsnadeln an einem Gummiband befestigt und im Wettkampf um die Hüfte getragen. Mitzubringen sind Gummiband und Sicherheitsnadeln.

Beim Radfahren zeigt die Start-Nr. nach hinten, beim Laufen nach vorne.

1 Startnummernaufkleber

wird auf die linke Rahmenseite des Rades geklebt. Der Starter kann das Rad nach dem Wettkampf nur gegen Vorlage der Startnummer aus der Wechselzone holen.

1 Aufkleber für den Helm, ist auf der Vorderseite des Helms anzubringen.

1 Plastikbeutel

ist bestimmt für die Bekleidung vor und nach dem Wettkampf und kann im Schwimmbad abgegeben und wieder abgeholt werden, nur unter Vorlage der Startnummer.

Wettkampfablauf

Am Schwimmbecken befindet sich der **CHECK-IN** der jeweiligen Startgruppe (**nicht der Fahrräder!**). Dort werden alle Teilnehmer des jeweiligen Starterfeldes registriert. In diesem Bereich findet die Wettkampfbesprechung vor dem jeweiligen Start statt. **Die Teilnahme an der Wettkampfbesprechung ist Pflicht.**

Schwimmen

Die Teilnehmer bekommen unterschiedlich farbige Badekappen. Die geschwommen Bahnen werden gezählt. Die Badekappen müssen nach dem Schwimmen zurückgegeben werden.

Wechselzone / Rad-Check-In

Die Räder sind 30 Minuten vor dem Start in der Wechselzone einzuchecken (bitte Fahrrad, Helm, Startnummer und Startnummernaufkleber bereithalten) und an der jeweiligen Startnummer abzustellen. Am Rad dürfen Radhelm, Radschuhe, Radhandschuhe, Sonnenbrille, Lafschuhe, Wechselkleidung Schwimmen - Radfahren – Laufen liegen. In der Wechselzone darf das Rad nur geschoben werden. Es besteht eine **Helmpflicht** (radsportspezifischer Helm). Der Kinnriemen muss geschlossen sein, sobald das Fahrrad vom Radständer genommen wird und darf erst geöffnet werden, wenn das Fahrrad nach dem Radfahren im Radständer wieder abgestellt wird. Die Startnummer muss angezogen werden, bevor das Rad vom Ständer genommen wird. Die Wechselzone wird ½ Stunde nach der Siegerehrung geschlossen.

Radfahren

Die Radstrecke ist komplett gesperrt. Den Anweisungen der Polizei und den Ordnern ist zu folgen. **Nicht befolgen der Anweisungen führen zur Disqualifikation.**

Windschattenfahren und ständiges Nebeneinander fahren ist verboten und unter Disqualifikation gestellt. Der Abstand zum Vordermann muss mindestens 10 m und 3 m betragen. Es muss stets zügig überholt werden.

Die Volksdistanz fährt 2 Runden Rad, Kurzdistanz 4 Runden Rad.

Der Beginn der Runde wird durch Schilder angezeigt. In der Wechselzone werden die Räder nach Beendigung des Radfahrens unter der eigenen Startnummer abgestellt.

Problemstellen in der Radstrecke

Auf dem Berg kurz hinter dem Friedhof in Steinbüchel beim Rechtsabbiegen darf man auf gar keinen Fall auf die Gegenfahrbahn kommen. Gegenverkehr durch Radfahrer.

Wilmersdorferstraße: Beim Übergang von der Straße zur Brücke und wieder zur Straße sind Unebenheiten in der Fahrbahn. Achtung bei der Abfahrt.

Sieht man, wenn man die Strecke bergan fährt.

Verpflegung

Es werden Flaschen auf der Radstrecke gereicht.

Kurz nach der Wechselzone werden Getränke gereicht.

Laufen

Die Laufstrecke ist mit Flutterband abgetrennt und mit einem Kalkstreifen markiert. An Abbiegungen stehen Ordner.

Der Zieleinlauf ist im Schwimmbad.