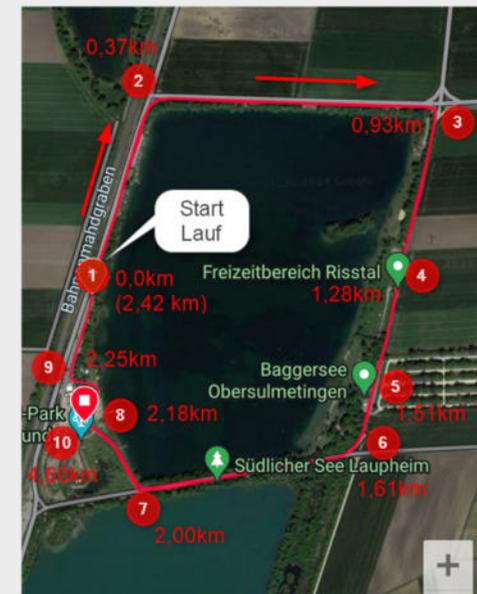
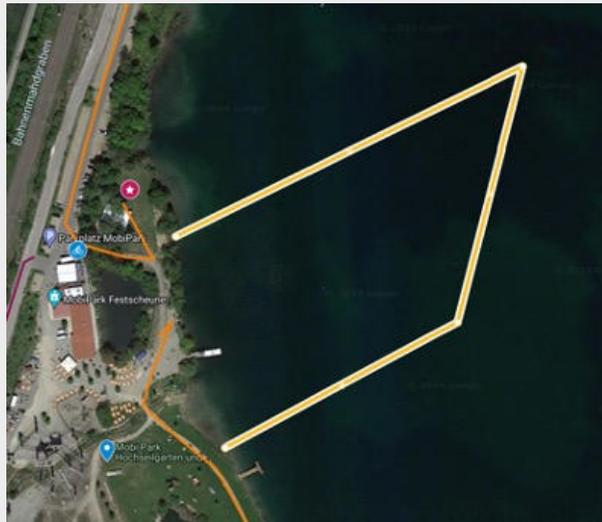


# Wettkampfbesprechung



Hallo liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer zum ersten Risstal Triathlon 2024.

nachfolgend findet Ihr Informationen zum Ablauf, sowohl zeitlich als auch organisatorisch, sowie die wichtigsten Regelungen, die es zu beachten gilt.

Bei weiteren Fragen stehen wir Euch unter der E-Mail [info@risstaltriathlon.de](mailto:info@risstaltriathlon.de) und natürlich morgen und übermorgen vor Ort zur Verfügung.

Viele Grüße  
Das Orgateam



Sonntag, den 18.08.2024

08:00 Uhr:

Beginn Startunterlagen-Ausgabe im Office Bereich

=> 10:00 Uhr: Ende Startunterlagenausgabe

In euren Startunterlagen befinden sich::

- 3er Helm Aufkleber
- Sattelstütze Aufkleber
- Transponder
- Startnummer

Für Befestigung der Startnummern ist jeder selbst verantwortlich. Wir empfehlen ein Startnummernband.



09:00 - 10:30 Uhr: Check In Wechselzone Parkplatz Mobipark

**Für den Check-In wird benötigt:**

Rad, Radschuhe, Helm mit Aufkleber, Startnummer, Laufschuhe, vielleicht eine Kappe, eine Sonnenbrille und gute Laune.

Jeder Athlet, jede Athletin deponiert seine Wechselsachen selbst.

Die Wechselzone wird mit Nummernkreisen belegt die den Bezug zu eurer Startnummer darstellt.

Haltet bestmögliche Ordnung dann habt Ihr schnelle Wechselzeiten.

- 16.00 Uhr: Check Out Ende und Closing Wechselzone



## Sonntag: 18.08.

11:00 Uhr Start mit folgender Aufstellung

### FRAUEN (Name):

Startgruppe 1 - 11:00 Uhr: A-M

Startgruppe 2 - 11:05 Uhr: O-Z

### MÄNNER (Name):

Startgruppe 3 - 11:15 Uhr: A-G

Startgruppe 4 - 11:20 Uhr: H-P

Startgruppe 5 - 11:25 Uhr: R-Z

- Erwarteter erster Zieleinlauf ab 12:00 Uhr

- Siegerehrung ab 15:00 Uhr Top 3 m/w

- Zielschluss 14:00 Uhr



Jedermann Distanz im See 500m. Die Strecke ist mit Bojen gekennzeichnet.

Der Start erfolgt in Gruppen, die im 5 Minuten Abstand starten (siehe Startzeiten).

#### Neopren

- bis 21,9°C Wassertemperatur ist ein Neo erlaubt
- Bis zu einer Temperatur von 15,9°C besteht Neopflcht
- Ab der AK60 darf bis 24,5° mit Neo geschwommen werden– Bitte meldet euch vor dem Schwimmen bei den Kamprichtern, wenn ihr das Sonderrecht nutzen möchtet.

Die Wassertemperatur wird eine Stunde vor dem Start gemessen!



Die Startnummer muss auf dem Rücken getragen werden. **Es müssen 3 Runden gefahren werden**

Verdacht auf Windschatten fahren (Es sind 12 m Abstand zum Vordermann einzuhalten) führt zu einer Verwarnung und Zeitstrafe (blaue Karte).

Es gilt das Rechtsfahrgebot! Besonders wichtig in den Kurven ist, dass diese nicht geschnitten werden dürfen. Denn dies ist **lebensgefährlich** für alle Athlet:innen. Missachten des Rechtsfahrgebots > rechts überholen = rot/DSQ. Blocking (links fahren, ohne innerhalb von 25sek zu überholen und sich rechts einzuordnen) = blau/Zeitstrafe

Besonderheit ist das Überfahren der Brücke. Die Mitte ist mit Leitkegeln gekennzeichnet. Diese Brücke ist der Wendebereich und wird im beidseitig befahren. **Unbedingt! Rechts fahren!**

Die Radstrecke der Volksdistanz hat keine! Verpflegungsstelle. Jeder kann aber natürlich seine Radflasche vorab befüllen und mitnehmen.

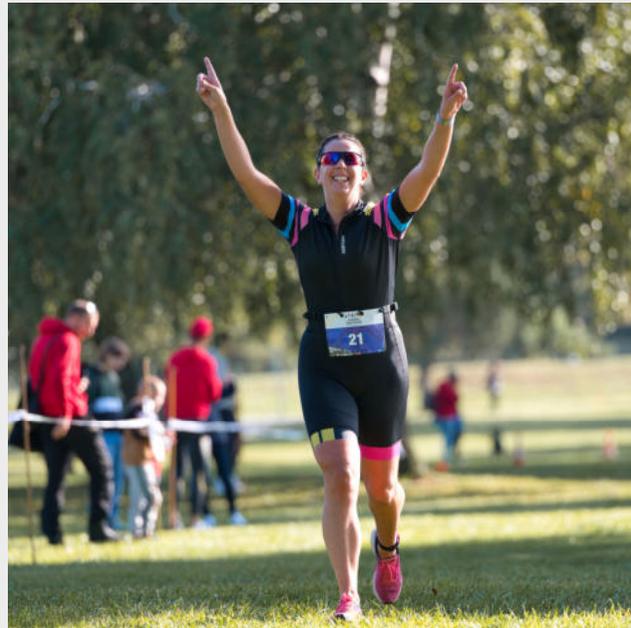


Die Startnummer muss vorne getragen werden.

Optimal ist es wenn man ein Startnummernband verwendet, denn das kann man dann einfach drehen.

- Die Laufrunde ist 2 mal zu durchlaufen!
- Helfer haben Warnwesten an, den Anweisungen der Helfer ist Folge zu leisten.
- Bitte immer rechts laufen.
- Kopfhörer sind beim Laufen nicht gestattet.
- Abkühlung. Um Abkühlung zu ermöglichen, planen wir je nach Wetterlage an Wasserstellen ein. (wird je nach Wetterlage entschieden).





Wir wünschen allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern einen erfolgreichen  
Wettkampf und viel Spaß im Risstal

