

## Aloha liebe Athletin, lieber Athlet!

Bald ist es soweit, wir hoffen du fühlst dich fit und freust dich schon auf den Wettkampf.

Hier noch ein paar letzte Infos für dich:

Bei der Startunterlagenausgabe erhältst du Startunterlagen-Paket. Bitte bringst alles, was in dem Paket ist, zum Start mit: **Startnummer + Etikettenbogen.**

**Den Zeitmesschip erhältst du beim Rad Check-In.**

Optimal ist ein Startnummernband. Wenn du keins zu Hause haben solltest, dann haben wir so etwas auch vor Ort (4€ und nur solange der Vorrat reicht).

Die Goodies aus deinem Paket kannst du zu Hause lassen :)

### Veranstaltungstag

Sonntag, 21.07.2019

### Veranstaltungsorte

Start Schwimmbad, Rappstraße 38, 75417 Mühlacker bzw. Enz  
Ziel Kelterplatz, 75417 Mühlacker  
Anfahrt und Parken <http://www.muehlacker.de/stadt/bauen-wirtschaft-verkehr/verkehr/parken.php>

### Umkleiden und Duschmöglichkeiten

Freibad Mühlacker

<b>Startunterlagenausgabe</b>	Samstag, 20.07.2019	13.00 - 16.00 Uhr (Kelterplatz)
	Sonntag, 21.07.2019	09.00 – 12.00 Uhr (Haupteingang Hallenbad)

### Check-In Rad

Jedermann	Sonntag, 21.07.2019	9.30 - 11.00 Uhr (Wiese am Freibad)
Olympisch, Mühlacker Tagblatt Sprint	Sonntag 21.07.2019	9.30 - 12.00 Uhr (Wiese am Freibad)

### Startnummernkreise

1 – 40	Stargruppe 1	Jedermann Distanz
41 - 80	Startgruppe 2	Jedermann Distanz
81 - 120	Startgruppe 3	Jedermann Distanz
121 - 160	Startgruppe 4	Jedermann Distanz
161 - 210	Topstarter (Massenstart)	Olympische Distanz
211 - 390	rolling Start	Olympische Distanz
391 - 440	Topstarter (Massenstart)	Mühlacker Tagblatt Sprint Distanz
441 - 650	rolling Start	Mühlacker Tagblatt Sprint Distanz

### Startzeiten

11:00 Start Gruppe 1 Jedermann Distanz im Freibad  
11:15 Start Gruppe 2 Jedermann Distanz im Freibad  
11:30 Start Gruppe 3 Jedermann Distanz im Freibad  
11:45 Start Gruppe 4 Jedermann Distanz im Freibad

## Bahnenverteilung Jedermann

Startnummer und Badekappenfarbe (Gold oder Blau)

	Bahn 1	Bahn 2	Bahn 3	Bahn 4	Bahn 5	Bahn 6	Bahn 7	Bahn 8
<b>11:00</b>	1-5	6-10	11-15	16-20	21-25	26-30	31-35	36-40
<b>11:15</b>	41-45	46-50	51-55	56-60	61-65	66-70	71-75	76-80
<b>11:30</b>	81-85	86-90	91-95	96-100	101-105	106-110	111-115	116-120
<b>11:45</b>	121-125	126-130	131-135	136-140	141-145	146-150	151-155	156-160

12:15 Start Olympische Distanz in der Enz

13:15 Start Mühlacker Tagblatt Sprint in der Enz

### Check-Out Rad

Sonntag, 21.07.2019 13.30 – 17:30 Uhr (Wiese am Freibad)

### Siegerehrung

13:30 Uhr Siegerehrung Jedermann (Kelterplatz)

16:30 Uhr Siegerehrung Olympisch und Mühlacker Tagblatt Sprint (Kelterplatz)

### **#gogreen Mehrwegbecher**

Wir starten dieses Jahr ein Versuch mit Mehrweg-Silikon-Becher den Müll dieser Triathlonveranstaltung deutlich zu reduzieren.

Diesen Mehrweg-Silikon-Becher kann man bei der Startunterlagenausgabe für 5 € erwerben und danach bei allen Sportveranstaltungen wiederverwenden. Hierzu wird es in der Nähe der Verpflegungsstation + an einer weiteren #gogreen Wasserstation auf der Laufstrecke die Möglichkeit geben mit dem Becher Wasser zu zapfen.



Der Becher lässt sich extrem klein zusammen drücken und kann somit ohne Probleme beim Laufen in den Triathlon-Anzug oder in eine Tasche verstaut werden.

### **Wettkampfbesprechung:**

Bitte lese dir die Wettkampfbesprechung im Internet und das Programmheft durch. Eine kurze Version wird es auch nochmal vor Ort geben.

[Das Lesen der Wettkampfbesprechung über die Webseite ist Pflicht!](#)

### **Allgemeine und spezielle Hinweise**

#### **Allgemein:**

- Alle Rennen sind für jede/n offen, sofern keine gesundheitlichen Bedenken bestehen.
- Für die Ausrüstung gelten grundsätzlich die Bestimmungen der DTU Sportordnung.
- Jeder Teilnehmer ist selbst dazu verpflichtet seine Startnummer am Wettkampftag auf dem Handrücken zu haben.
- Kompressionskleidung ist erlaubt.
- Verboten sind Handys + Knopf im Ohr + Musikgeräte jeglicher Art.
- Bitte keine Wertsachen in die Beutel packen (Verlustgefahr und keine Haftung!).

#### **Schwimmen**

- Ab 22° gilt generelles Neoprenverbot.
- Das Tragen der Startnummer unter dem Neoprenanzug ist verboten.
- Umgezogen wird sich am Rad.
- Schwimmkleidung wird in die Postbox gelegt.
- Der Start erfolgt per rolling Start, jeder Teilnehmer muss über die Zeitmessmatte in das Wasser gelangen um sich so zu registrieren.

#### **Rad**

- Windschattenverbot, das bedeutet man muss 12 Meter Abstand zum Vordermann einhalten (Bei Missachtung Zeitstrafe durch Addition)
- Die Startnummer muss hinten getragen werden.
- Helmpflicht! Helm muss beim Verlassen der WZ 1 geschlossen sein, bis zum Abstellen des Rades in der WZ 2 geschlossen bleiben, erst dann darf der Riemen wieder geöffnet werden.
- Der Helm wird in WZ 2 in die Postbox gelegt.

- Erst ab der markierten Linie hinter der WZ darf gefahren werden, vorher muss das Rad geschoben werden.
- Es gilt die Straßenverkehrsordnung, die Straßen werden für das Rennen voll gesperrt sein.
- Es gilt das Rechtsfahrgebot, nur so ist es anderen Teilnehmern möglich ordnungsgerecht zu überholen.

### Laufen

- Startnummer vorne (daher bietet sich das Startnummernband an)
- Oberkörperbekleidung ist Pflicht.
- Umziehen am Rad
- Annahme fremder Hilfe führt zur Disqualifikation (sprich, man darf sich nichts von Zuschauern anreichen lassen oder abgeben, auch bei einer Radpanne muss man selbst flicken)
- Es müssen Schuhe getragen werden

### Verpflegung

- Strecke: Nur auf der Laufstrecke befindet sich eine Verpflegungsstationen.  
Diese ist bei Pro Zwo Hier gibt es: Wasser und Iso
- Dazu wird es an der neuen #gogreen Wasserstation auf der Laufstrecke die Möglichkeit geben mit dem eigenen Becher Wasser zu zapfen.
- Ziel: Wasser, Iso und Sportweizen alkoholfreies Bier von Hochdorfer.

### Cut-Off

- **Olympische Distanz:** Schwimmen: 1 Stunde/ Radstrecke: 15:00 Uhr/ Finish: 16:00 Uhr
- **Sprint Distanz:** Schwimmen:35 Minuten/ Radstrecke: 15:00 Uhr/ Finish: 16:00 Uhr
- **Jedermann Distanz:** Schwimmen: 25 Minuten/ Radstrecke: 12:45/ Finish: 13:00 Uhr

### Rahmenprogramm

- **Triathlonmesse auf dem Kelterplatz**  
Samstag, 20.07.2019 von 13:00 – 18:00 Uhr auf dem Kelterplatz
- **Heinzelmann Kids Swim & Run**  
Samstag, 20.07.2019 16:00 Uhr
- **Siegerehrung Heinzelmann Kids Swim & Run**  
Samstag, 20.07.2019 17:15 Uhr
- **Musik und Essen auf dem Kelterplatz**  
Samstag, 21.07.2018 ab 12:00 Uhr  
Sonntag, 22.07.2018 ab 10:00 Uhr

So, jetzt müsstet ihr eigentlich alle Informationen haben. Lest euch bitte zusätzlich einfach noch mal die Ausschreibung durch und das Heft, dass ihr mit den Startunterlagen zusammen bekommt, dann seid ihr auf der sicheren Seite.

Bezüglich des Neoverbotes können wir euch am Sonntag, den 21.07.2019 mehr sagen. Sobald wir hierzu die verbindlichen und offiziellen Informationen haben, werden wir diese über Facebook und unsere Webseite bekanntgeben.

Wir wünschen euch viel Spaß und einen erfolgreichen und schönen Wettkampf!

Euer Organisationsteam 2019!