

Ausschreibung Laufwelt RSG- Ried-Triathlon im Freizeitparadies Plittersdorf

Termin:

Mittwoch 13. Juli 2016

Im Rastatter Freizeitparadies, 76437 Rastatt-Plittersdorf

Startzeit 19:30; Wettkampfbesprechung 19:00

Wettkampfdistanz:

1. ca. **400 m Schwimmen** (im See des Freizeitparadieses)
2. ca. **17 km Radfahren** (2 Runden siehe Beschreibung)
3. ca. **4 km Laufen** (3 Runden um den See im Freizeitparadies)

Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt, kann jedoch bei extremer Witterung (z.B. starker Regen) auf Schwimmen und Laufen verkürzt werden.



Schwimmen:

Eine Diagonale durch den See von der Südwest- zur Nordostseite.
Ca. 10 min vor dem Schwimmstart laufen alle Teilnehmer gemeinsam von der Wechselzone zur Startstelle.

Radfahren:

Wichtige Anweisungen für die Raddisziplin:

- *Die StVO ist unbedingt einzuhalten!*
- *Helmpflicht!*
- *Windschattenverbot!*

Als Windschatten gilt eine Zone von 10x3 Meter hinter dem Vordermann. Bitte bleibt fair, so dass alle Teilnehmer gleiche Bedingungen haben.
Es sind 2 Runden des Parcours zu fahren. Die Radstrecke führt im Uhrzeigersinn vom Freizeitparadies nach Plittersdorf. In der Ortsmitte rechts auf der Fährstr. Richtung Rastatt. Vor dem Daimler Gelände rechts ab, an der nächsten Kreuzung rechts Richtung Ottersdorf, in Ottersdorf rechts. Damit ist man wieder auf der Straße Richtung Plittersdorf. Nach der 2. Runde wird links auf den Parkplatz des Freizeitparadieses eingebogen. Die Wechselzone Rad-Lauf ist wiederum direkt am See an gleicher Stelle.

Laufen:

Es sind 3 Runden um den See auf asphaltierter Strecke gegen den Uhrzeigersinn zu laufen. Nach der 3. Runde wird in die Zielgasse eingebogen. Das Ziel ist im Bereich der Wechselzone. Für das Zählen der Runden ist jeder Teilnehmer selbst verantwortlich.

Wechselzone:

Die Räder werden ausschließlich auf der Rasenfläche in einem dafür markierten Areal deponiert. Auch die Laufschuhe sind vom Wettkämpfer in diesem Bereich abzulegen.

Vorgeschriebene Ausrüstung:

- **Radhelm:** Beim Radfahren besteht *Helmpflicht!*
- **Startnummernband:** Es wird ein *Startnummernband* benötigt, um die Startnummer beim Radfahren am Rücken zu tragen, anschließend beim Lauf auf den Bauch drehen zu können.

Klasseneinteilung:

Jugendklasse	15 - 20 Jahre
Hauptklasse	21 - 40 Jahre
Altersklasse 1	41 - 50 Jahre
Altersklasse 2	51 Jahre und älter
Vereinsmeisterschaft RSG Ried Rastatt	

Bei Damen und Herren identische Klasseneinteilung. Für das in der Klasseneinteilung genannte Alter ist nur der Jahrgang relevant, nicht der konkrete Geburtstag. Bei weniger als 3 Teilnehmern pro Klasse wird in der nächstjüngeren gewertet.

Haftungsausschluss und Eigenverantwortung:

Die Teilnahme erfolgt auf eigenes Risiko, der Veranstalter ist von Schadensersatz Ansprüchen freigestellt. Es wird ausdrücklich darauf hingewiesen, dass bei dieser Veranstaltung nur Personen teilnehmen sollten, welche körperlich dazu in der Lage sind. Im Zweifelsfalle sollte vorab eine ärztliche Untersuchung durchgeführt werden.

Die Straßenverkehrsordnung ist unbedingt einzuhalten! Zuwiderhandlung führt zur Disqualifikation! Eine Missachtung der Ausrüstungsregeln (z.B. Radfahren ohne Helm) führt ebenfalls zu Disqualifikation.

Anmeldung und Startgeld:

Die Anmeldung erfolgt ausschließlich online über

<http://www.rsg-ried-rastatt.de/triathlon>

Startgeld:

- Bei Überweisung auf unser Konto bis 1.7.: 15,00 €
- Bei Zahlung nach dem 1. Juli oder am Start: 20,00 €

Bitte überweisen Sie das Startgeld auf das Konto der RSG Ried Rastatt e.V., Konto-Nummer DE61 6655 0070 0000 0700 11, bei der Sparkasse Rastatt-Gernsbach, BIC: SOLADES1RAS. Ihr Startplatz wird verbindlich reserviert, wenn Ihre Zahlung bei uns eingegangen ist.

Nachmeldungen können nur akzeptiert werden, wenn das Teilnehmerlimit noch nicht erreicht ist.

Starter, die am Veranstaltungstag das 18. Lebensjahr noch nicht vollendet haben, müssen bei der Abholung der Startnummer eine unterschriebene Einverständniserklärung der Erziehungsberechtigten vorlegen.

Start, Ziel und die Startnummernausgabe befinden sich auf dem Gelände des Rastatter Freizeitparadies. Ein kostenfreier Zugang ist am Veranstaltungstag ab 18:00 Uhr möglich.

RSG Ried Rastatt