

## ***Wichtige Info – bitte durchlesen!!!!***

### **Startnummern:**

Die **Start Nr.** wird auf dem Rad hinten und beim Laufen vorne getragen. Der **Radaufkleber** ist am Rad (Rahmen oder Bremszug hinten) zu befestigen. *Staffel:* Nur der Läufer bekommt eine Start Nr. Der Radfahrer bekommt die Nummer auf beide Unterschenkel geschrieben (bei StNr.Ausgabe)!

### **Wechselzone:**

Wir haben eine Wechselzone, in der alle Wechsel stattfinden. Am Rad werden nur Ausrüstungsgegenstände fürs Radfahren und Laufen Deponiert . Kisten oder Taschen sind in der WZ verboten. Euer Rad könnt ihr nur gegen Vorlage der Start Nr. abholen. Die **Staffelräder** haben keinen Stellplatz in der WZ

### **Wettkampfbesprechung:**

Erfolgt über die Lautsprecheranlage im Start / Zielbereich. Die Teilnahme ist Pflicht.

### **Schwimmen:**

300m (=12 Bahnen). Bitte frühzeitig beim Bahnenzähler melden (Startlisten s. Aushang am Schwimmbad Eingang). Es gilt was die Zähler ansagen, wer früher rausgeht wird disqualifiziert.

### **Rad:**

4 Runden a 5km (=20km) auf der vollgesperrten Wendepunktstrecke. Am WP Hochhaus werdet ihr registriert (**Start Nr. zurufen!!!**). Die Helfer an den WP geben keine Auskunft wie viele Runden ihr habt. Ihr passiert beide WP je 4x . Beim Auf- und Abfahren aus dem Rundkurs wird in Fahrtrichtung rechts abgebogen.

**Obwohl die Strecke voll gesperrt und durch Helfer gesichert ist, ist nicht auszuschließen dass Autos oder Fußgänger unverhofft auf die Strecke gelangen. Es gilt die Straßenverkehrsordnung!!!**

### **Windschattenverbot:**

Die RTV Kampfrichter und die Helfer an der Strecke notieren konsequent Windschattenfahrer. Die Kontrolle erfolgt an verschiedenen Punkten, es ist kein Motorrad unterwegs. Die Disqualifikation erfolgt ohne Verwarnung am Ende des Wettkampfes wenn ein Teilnehmer **wiederholt** eindeutig beim Windschattenfahren gesichtet wurde.

### **Laufen:**

5 Runden. Nach jeder Runde erhaltet ihr ein Bändchen (im Stadion ). Jeder muss 4 mit ins Ziel bringen. Ihr seid für den Empfang selbst verantwortlich.