



GÖTTINGER STADTWERKE VOLKSTRIATHLON

Liebe Teilnehmer:innen,

am Sonntag beginnt der Göttinger Stadtwerke-Volkstriathlon 2023. Wir freuen uns sehr, dass wir wie geplant starten können und dass Ihr mit dabei seid. Hier bekommt Ihr noch einmal alle Infos in der Übersicht, damit Ihr gut vorbereitet in den Wettkampf starten könnt. Bitte lest die Hinweise sorgfältig durch und schickt sie ggf. an Eure Teammitglieder, damit am Sonntag alles glatt geht.

Checkliste Triathlon

1. Ausgabe der Startunterlagen bereits am Samstag, 26.08.2023 im Sportpark Jahnstadion zwischen 16 und 18 Uhr möglich. Am Wettkampftag (Sonntag) ist die Startunterlagenausgabe von 08:00 bis 11:00 Uhr geöffnet. Bitte diese Anmeldebestätigung mitbringen.
2. Der Check-In in die Wechselzone am 27.08.2023 kann zwischen 8-11 Uhr erfolgen. Für den Weg in die Wechselzone und auch wieder hinaus muss sich das Teilnehmer:innenband am rechten Handgelenk und der Startnummernaufkleber an der Sattelstütze des Fahrrads befinden! Die Startnummer muss zudem mit Edding (untereinander von oben nach unten geschrieben) auf dem Oberarm stehen.
3. Nach dem Betreten der Wechselzone den eigenen Wechselplatz (nach Startnummern sortiert) finden und alles, was nicht zum Schwimmen benötigt wird, dort bereitlegen.
4. Merken: Wo ist mein Platz in der Wechselzone!?
5. Um 10:00 Uhr findet eine Wettkampfbesprechung in der Wechselzone statt.
6. Kurzer Check vor dem Wettkampf: Transponder um das Fußgelenk gebunden? Startnummer mit Edding auf dem Arm? Dann los zum Schwimmen!
7. Nach dem Schwimmen geht es auf dem Teppich in die Wechselzone. Kurzer Check vor dem Radfahren: Startnummer auf dem Rücken (mit Gummiband befestigt?)? Helm auf? Falls in einer Staffel gestartet wird, muss jetzt auch der Transponder an die Nachfolger:in übergeben werden. Die Übergabe muss immer am eigenen Platz am Radständer erfolgen!
8. Erst nach der Markierung außerhalb der Wechselzone losfahren, vorher wird das Rad geschoben!
9. Während des Radfahrens gilt: Windschattenfahrverbot!
10. Auch nach dem Radfahren darf in der Wechselzone nur geschoben werden, also rechtzeitig vor der Markierung absteigen!
11. Check vor dem Laufen: Startnummer nach vorne gedreht? Helm abgesetzt? Dann auf zur letzten Disziplin! Für Staffeln wichtig: Den Transponder weiterreichen!
12. Im Zielbereich erhaltet Ihr ein Freigeränk. Die Siegerehrung findet im Jahnstadion statt. Die Ergebnisse und später auch die Urkunden sind online verfügbar.
13. Nach dem Wettkampf nicht die Startnummer wegwerfen oder verschenken: Die Nummer wird für den Check-Out benötigt, sonst bleibt das Rad in der Wechselzone stehen.

Wie befestige ich meine Startnummer?

Wie oben beschrieben, muss die Startnummer beim Radfahren auf dem Rücken, beim Laufen aber vorne angebracht sein. Um dabei das "Tüfteln" mit den Sicherheitsnadeln zu vermeiden, bieten wir das Göttinger Stadtwerke-Volkstriathlon Startnummernband zum Preis von 12,50 EUR inkl. MwSt. an. Dieses kann am Samstag und Sonntag bei der Startunterlagenausgabe erworben werden. Für alle ohne Startnummernband halten wir vor Ort eine andere Lösung parat. Die Profis befestigen die Startnummer schon vor dem Schwimmen am Band und müssen sich dieses dann nur noch schnell anziehen. Bei dem Wechsel vom Radfahren zum Laufen kann das Band dann einfach nach vorne gedreht werden. Bitte vergesst nicht, auch am Fahrrad den Startnummernaufkleber an der Sattelstütze zu befestigen!

Staffel-Wechsel am Radständer

Der Wechsel zwischen dem Schwimmen und dem Radfahren sowie dem Radfahren und dem Laufen muss am Radständer erfolgen. Ein Wechsel an anderer Stelle führt zur Strafe. Die Laufrichtungen innerhalb der Wechselzone sind der [Karte](#) zu entnehmen!

Bestätigung Staffelteilnehmer

Die Staffelanmeldung erfolgte durch ein Mitglied der Staffel. Damit wir aber rechtlich sichergehen können, dass die anderen Staffelmitglieder auch das Reglement gelesen und akzeptiert haben, müssen wir Euch bitten das auf der [Website](#) verlinkte Dokument von allen Staffelmitgliedern ausgefüllt und unterschrieben zur Startunterlagenausgabe mitzubringen!

Startunterlagenausgabe im Laufschauch

Die Startunterlagenausgabe findet am Samstag, den 26.08.2023 zwischen 16-18 Uhr im Jahnstadion statt. Die Startunterlagen werden im Laufschauch ausgegeben. Den Zugang zum Laufschauch findet Ihr direkt im Jahnstadion über die Laufbahn. Am Sonntag, den 27.08. vor dem Rennen können die Startunterlagen beim Check-In auf dem Kunstrasenplatz an der Leine abgeholt werden. Zeige bei der Startunterlagenausgabe einfach deinen QR Code vor (Oben, über dieser Mail).

Streckenverlauf Radstrecke

Der [Rundkurs](#) wird sowohl von den Teilnehmern:innen des Schnuppertriathlons als auch von den Teilnehmern:innen des Göttinger Stadtwerke-Volkstriathlons und des SEHENSWERT-Staffeltriathlons durchfahren.

Nach dem Verlassen der Wechselzone biegt Ihr nach rechts in Richtung Rosdorfer Kreisel ab. Kurz vor dem Rosdorfer Kreisel befindet sich der erste Umkehrpunkt mit Messschleife. Über den Rosdorfer Weg, den Ascherberg-Kreisel und die Straße Am Flüthedamm gelangt Ihr zur zweiten Wendemarke mit Messschleife am Wartberg-Kreisel. Auf dem Rückweg teilt sich die Strecke an der Kreuzung Rosdorfer Weg/Sandweg: Die Teilnehmer:innen des Schnuppertriathlons folgen der Beschilderung rechts zurück

zum Ziel und die Teilnehmer:innen des Göttinger Stadtwerke-Volkstriathlons und des SEHENSWERT-Staffeltriathlons folgen der Beschilderung geradeaus Richtung Rosdorfer Kreisel in die zweite Runde!

Herzliche Grüße vom Triathlon-Team
Jonas Stechmann und Johannes Frey

