

## Dein Zeitplan

<b>Wettkampfkategorie A:</b> 50 m Schwimmen – 2 km Rad – 500 m Laufen		
<b>Anmeldung</b>	<b>Rad einstellen</b>	<b>Start</b>
ab 07:45 Uhr	ab 7:50 Uhr bis 8:50 Uhr	ab 9:00 Uhr

<b>Wettkampfkategorie B:</b> 100 m Schwimmen – 4 km Rad – 1000 m Laufen		
<b>Anmeldung</b>	<b>Rad einstellen</b>	<b>Start</b>
ab 09:00 Uhr	ab 8:50 Uhr bis 9:50 Uhr	ab 10:10 Uhr

<b>Wettkampfkategorie C:</b> 200 m Schwimmen – 8 km Rad – 2000 m Laufen		
<b>Anmeldung</b>	<b>Rad einstellen</b>	<b>Start</b>
ab 10:00 Uhr	ab 9:50 Uhr bis 10:50 Uhr	ab 11:00 Uhr

<b>Wettkampfkategorie D:</b> 300 m Schwimmen – 12 km Rad – 3000 m Laufen		
<b>Anmeldung</b>	<b>Rad einstellen</b>	<b>Start</b>
ab 10:45 Uhr	ab 10:20 Uhr bis 11:20 Uhr	ab 11:45 Uhr

## Vor dem Wettkampf...

### 1. Anmelden

Du bekommst einen **Umschlag** mit zwei Startnummern, einem Aufkleber für dein Fahrrad, einem Aufkleber für deinen Wechselbeutel/deine Plastiktüte, einem dritten Aufkleber für einen zusätzlichen Kleiderbeutel und evtl. ein Triathlon-T-Shirt, wenn du es bestellt hast, und einen **Wechselbeutel/eine** Plastiktüte.

### 2. Radkontrolle und Helmkontrolle

Du kannst nur teilnehmen, wenn dein Rad **verkehrssicher** ist. Der Rad-Check auf der Homepage hilft:  
[www.erlanger-schuelertriathlon.de](http://www.erlanger-schuelertriathlon.de)

(Funktion beider Bremsen, Lenkung und Antrieb).

Auch dein **Helm** sollte intakt sein und gut sitzen. Check' ihn!

### 3. Radeinstellen

Du bringst den Aufkleber sichtbar auf der Mitte des Lenkers an, und hängst den Helm an die Lenkstange. (Beachte die Ordnung beim Radeinstellen!).

### 4. Umziehen

Zum Schwimmen benötigst du nur Badekleidung und evtl. eine Schwimmbrille. Deine Straßenkleider und -schuhe legst du in einen zusätzlichen Kleiderbeutel. Klebe auf diesen den dritten Aufkleber. Bereite auch schon dein T-Shirt mit den vorne und hinten angebrachten **Startnummern** vor.

### 5. Wechselbeutel/Plastiktüte ablegen

Laufschuhe, T-Shirt mit den beiden Startnummern, evtl. Handtuch – alles muss in den Wechselbeutel/die Plastiktüte. (Nur Originalbeutel verwenden! Aufkleber nicht vergessen! Beachte die numerische Ordnung in der Wechselzone S - L!)

### 6. zusätzlicher Kleiderbeutel

Gib den Kleiderbeutel im gekennzeichneten Bereich ab.

### 7. Beschriften

Oberarme und Beine werden mit Wettkampfkategorie und Startnummer beschriftet.

### 8. Start

Begib dich 5 Minuten vor deinem Start an das Schwimmbecken zu deiner Bahn.

### 9. Wechselbeuteltransport:

Dein Wechselbeutel wird während deines Wettkampfs in den Zielbereich transportiert.

## Nach dem Wettkampf...

### 1. Wechselbeutel/Plastiktüte abholen

Zusätzlichen **Kleiderbeutel** abholen (wenn vorhanden)

### 2. Umziehen

Auf dem TV-Gelände bestehen Umkleide- und Duschkmöglichkeiten.

### 3. Rad abholen

Du bekommst dein Rad an der Wechselzone Rad-Lauf durch Vorzeigen deiner Startnummer. Bitte beachte die vorgegebenen Rückwege, da der Wettkampfbetrieb noch läuft!

### 4. Rad am TV 48 abstellen

Beachte die Anweisungen der Helfer auf dem Parkplatz beim TV 48!

### 5. Siegerehrung

Jeder Teilnehmer im Ziel erhält eine **Finisher-Medaille**.

Zusätzlich werden die ersten drei Sieger der Jahrgänge 2002 bis 2006 je Jahrgang (m/w) vor Ort mit Urkunden ausgezeichnet. Der schnellste Finisher jeden Jahrgangs wird mit einem Pokal prämiert.

### 6. Urkunden

Die Urkunden aller anderen Finisher können direkt nach dem Wettkampf über die Homepage [www.erlanger-schuelertriathlon.de](http://www.erlanger-schuelertriathlon.de) selbst ausgedruckt werden.

