

7. Seenland Triathlon  
08.09.2024



powered by  Volksbank Raiffeisenbank  
Regensburg-Schwandorf eG  
*Meine Nummer Eins*

# 1. Startunterlagen

Die Startunterlagen bekommt ihr vor Ort am Wettkampfgelände (In der Oder 7, 92449 Steinberg am See) ausgehändigt.

Abholung am Samstag (07.09.) von 16:00 – 18:00 Uhr im Tourismusbüro des Oberpfälzer Seenlands

Abholung am Sonntag/Wettkampftag (08.09.) von 10:00 – 12:00 Uhr an der Erlebnisholzkuugel

Ihr bekommt einen Umschlag mit:

- Startnummer
- Etikettenbogen (ein Aufkleber links aufs Fahrrad, einer links auf den Helm)
- Badekappe

Ebenfalls wird euch der Zeitmesschip bei der Abholung der Startunterlagen ausgehändigt.

Chipbänder müssen mitgebracht oder vor Ort erworben werden!!!

Startnummernbänder können auch noch vor Ort erworben werden. (solange Vorrat reicht!)

# 2. Startgruppen und -Zeiten



**13:00 Uhr Welle 1** Start Supersprint (orange Schwimmkappen)

**13:25 Uhr Welle 2** Start Sprint - Einzel Herren 1. Gruppe (gold)

**13:30 Uhr Welle 3** Start Sprint – Einzel Herren 2. Gruppe (blau)

**13:35 Uhr Welle 4** Start Sprint - Einzel Damen (pink),  
Staffel (grün)

Änderungen in Zeit und Ablauf möglich!



## 3. Anreise zum See (1/2)

Wettkampfgelände ist die Erlebnisholzkugel am Steinberger See. Adresse:  
In der Oder 7, 92442 Steinberg am See.

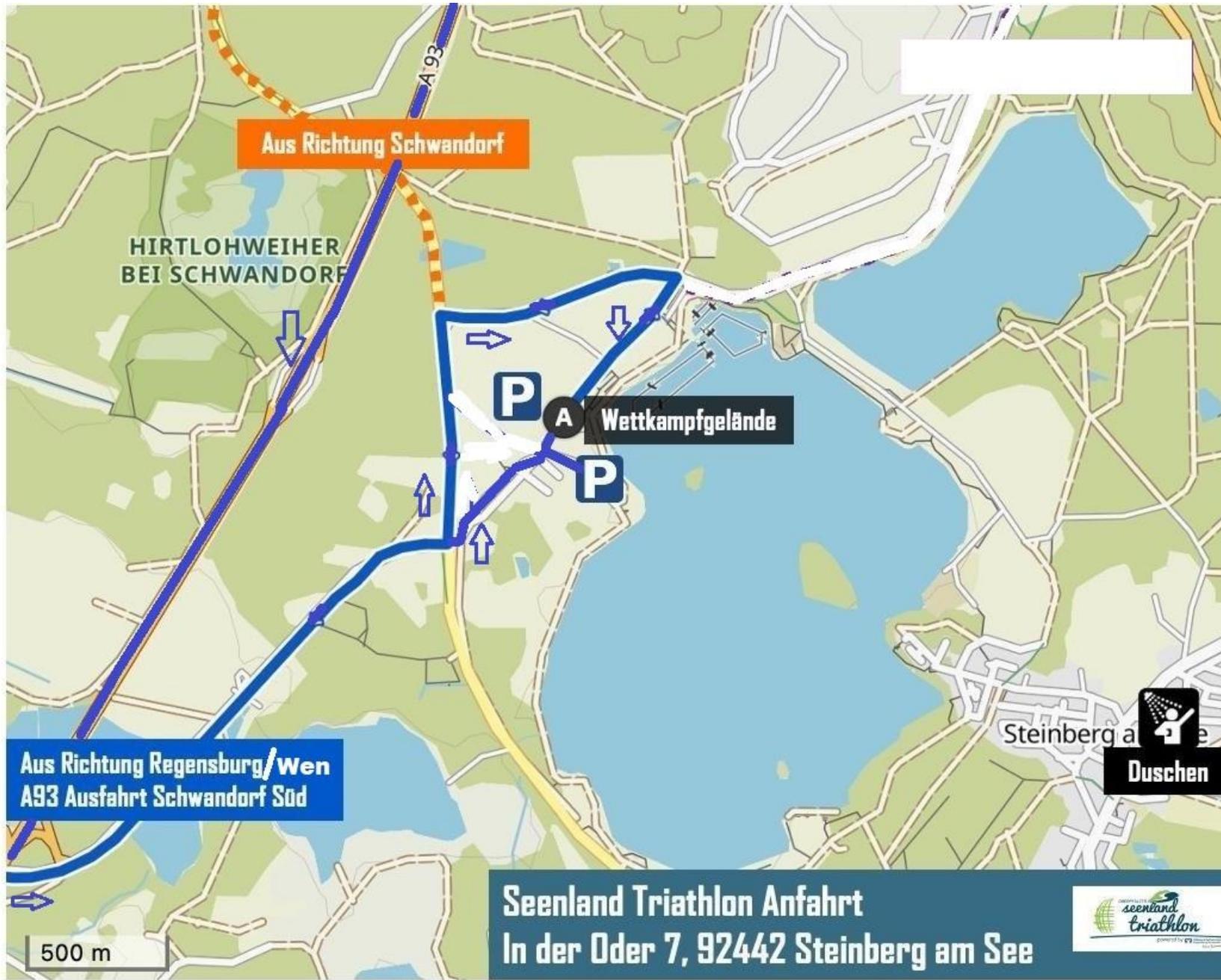
Bei der Kugel befinden sich der Start- und Zielbereich, sowie die Startnummernausgabe. Die Wechselzone ist in unmittelbarer Nähe zum Gelände. Drei kostenlose Athleten-Parkplätze sind am Wettkampftag ausgeschildert. Die restlichen Parkplätze sind kostenpflichtig. Die Startnummernausgabe am Samstag findet im Tourismusbüro des Oberpfälzer Seenlands (neben der Kugel) statt!

## **Anfahrt (von Richtung Regensburg und Weiden kommend)**

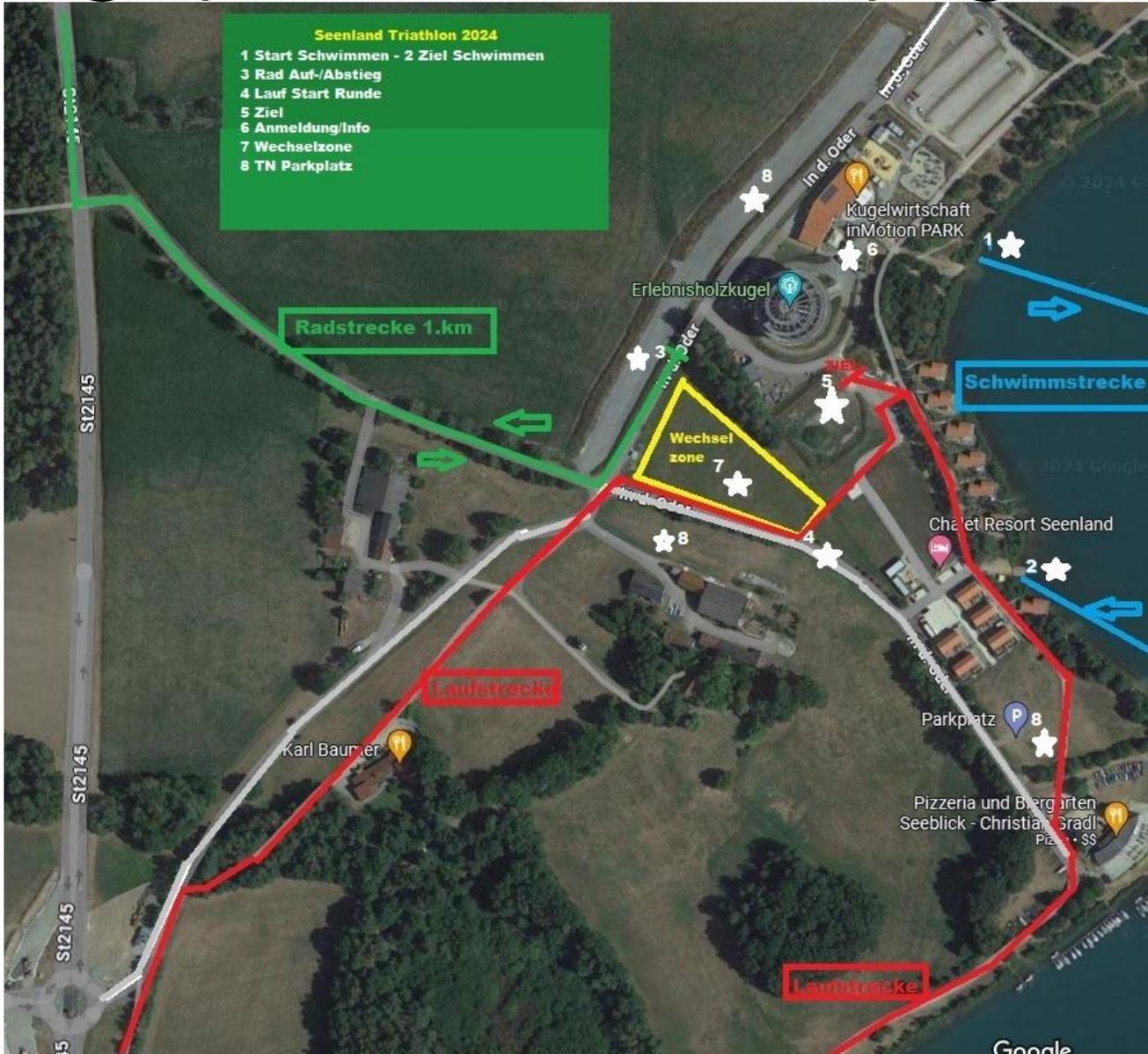
A 93 Ausfahrt Schwandorf-Süd -> links abbiegen (auf SAD 2) Erlebnisholzkugel/Steinberger See -> nach ca. 1km links abbiegen (auf St2145) -> im Kreis 2. Ausfahrt zur Erlebnisholzkugel oder 3. Ausfahrt u. nach 1,2 km rechts abbiegen (auf Industriestraße) -> nach 700 Metern rechts abbiegen (Richtung Wasserskianlage/Erlebnisholzkugel) -> Straße bis zum Wettkampfgelände folgen.

Die Zufahrt über Wasserskianlage ist ab 11:00 Uhr gesperrt!

**Die Anfahrt zum See und Kugel ist beschildert  
(Seengebiete, Erlebnisholzkugel am Steinberger See, Tri)**



# 4 . Lageplan: Wettkampfgelände



# 5. Zeitplan

## Samstag, 07.09.2024

16:00 – 18:00 Uhr: Abholung der Startunterlagen / Startnummernausgabe  
im Tourismusbüro des Oberpfälzer Seenlands neben der Erlebnisholzkuugel

## Sonntag, 08.09.2024: Wettkampftag (Änderungen situationsbedingt möglich)

10:00 – 12:00 Uhr: Abholung der Startunterlagen / Startnummernausgabe an der  
Erlebnisholzkuugel

10:15 – 12:00 Uhr: Rad Check-In

12:00 Uhr: Wettkampfbesprechung auf dem Wettkampfgelände an der  
Erlebnisholzkuugel

13:00 Uhr: 13:00 Welle 1 - Start Supersprint Herren und Damen (Stnr.1-99)  
13:25 Welle 2 - Start Sprint Einzel Herren Gruppe 1 (Stnr.100-249)  
13:30 Welle 3 – Start Sprint Einzel Herren Gruppe 2 (Stnr.250-399)  
13:35 Welle 4 – Start Sprint Einzel Damen (Stnr. 400-599)  
Staffel (Stnr. 700-799)

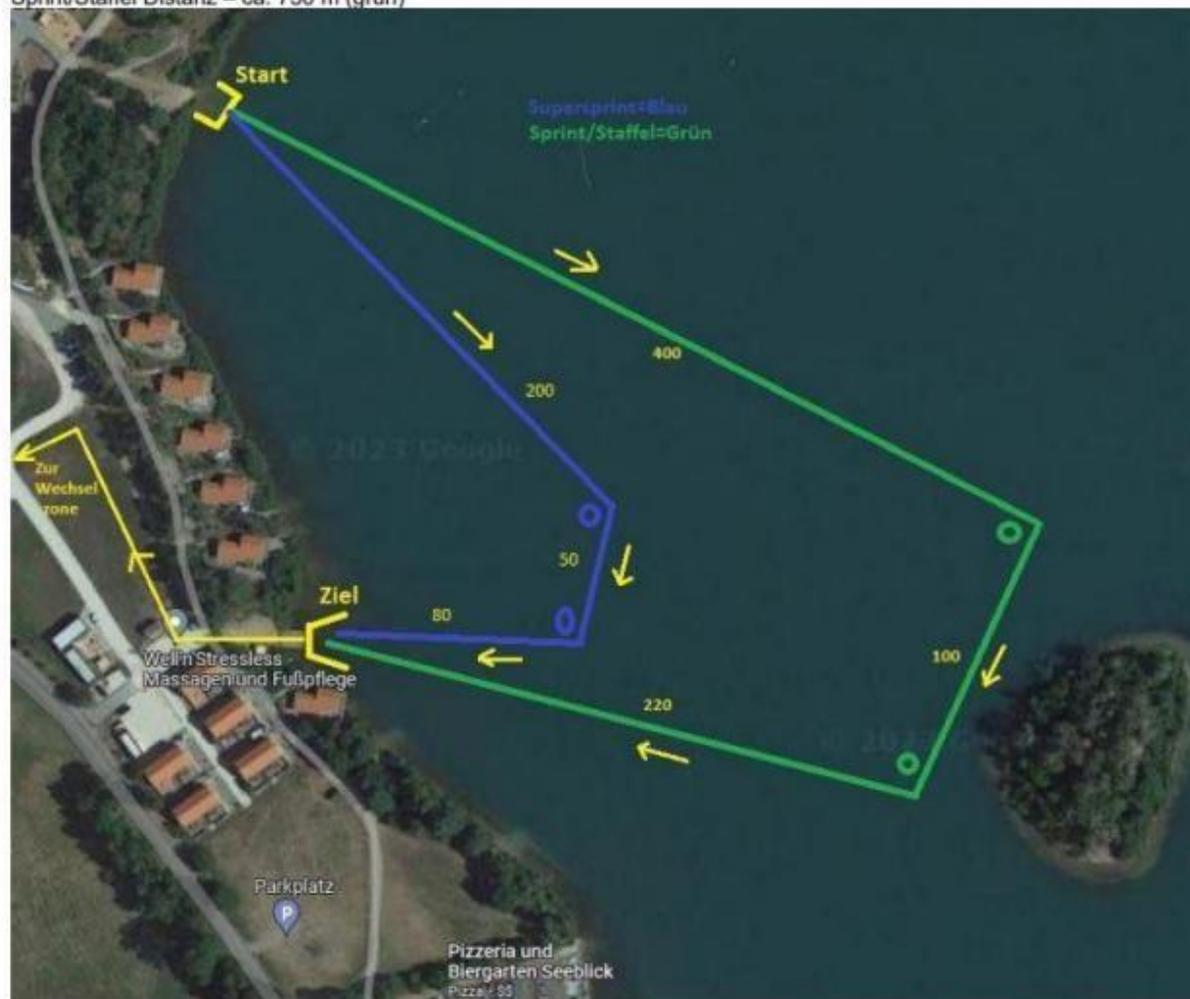
Zeitliche Änderungen beim Schwimmstart möglich

ab ca. 16:00 Uhr: Rad Check-Out

ca. 17:00 Uhr: Siegerehrung an der Erlebnisholzkuugel

# 6. Schwimmstrecken

Supersprint Distanz – ca. 320m (blau)  
 Sprint/Staffel Distanz – ca. 750 m (grün)



# 7. Schwimmstart

**Der Schwimmstart erfolgt als Landstart in 4 Startwellen.**

Die unterschiedlichen Wellen werden von unseren Helfern koordiniert.

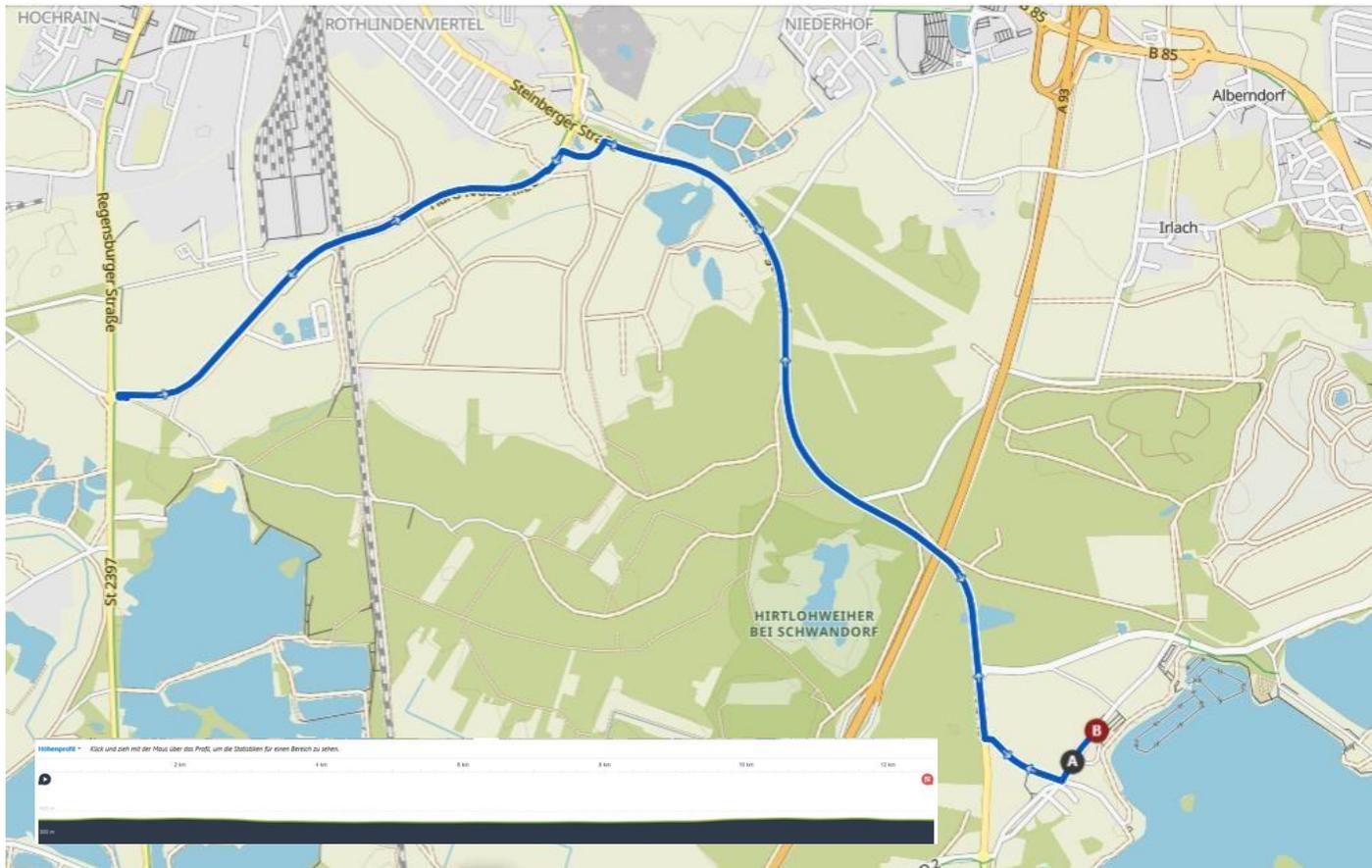
13:00 Uhr: Start Supersprint Herren und Damen

13:25/13:30 Uhr: Start Sprint Einzel Herren (2 Wellen)

13:35 Uhr Start Sprint Einzel Damen und Staffel

Der Schwimmstart ist gegenüber der Kugelwirtschaft.

Einschwimmen ist für alle Athleten nur bis 12:55 Uhr im Startbereich möglich!  
Für die Sprintdistanz nochmals von 13:10-13:20Uhr!



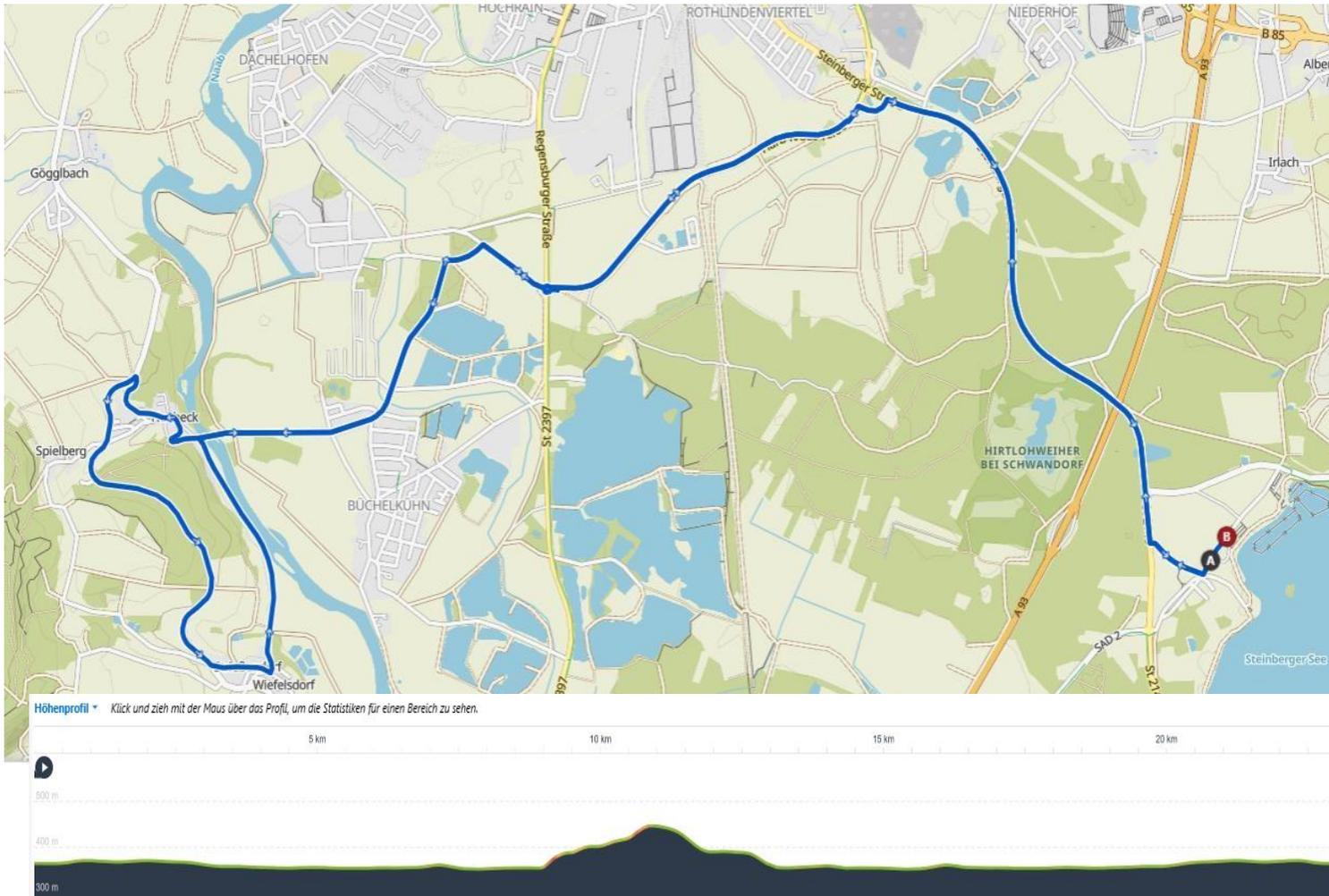
# 8. Radstrecken - Supersprint



- Die Startnummer muss auf dem Rücken getragen werden
- Windschattenfahren ist verboten und führt zu einer Strafe durch die Kampfrichter!
- Es gilt das Rechtsfahrgebot und die Straßenverkehrsordnung
- Die Strecke ist teilweise für den Verkehr gesperrt!
- Das Wegwerfen von Müll auf

der Strecke (Littering) führt zu einer Disqualifikation durch die Kampfrichter

- **Der Kreis ist Wendepunkt für die Supersprintdistanz!!!**
- **Im Kreis gilt Überholverbot!**
- **In der Ab-/Anfahrt (ca. 300m) und im Zielkanal Rad gilt Überholverbot!**



# 8. Radstrecken - Sprint/Staffel

- Die Startnummer muss auf dem Rücken getragen werden
- Windschattenfahren ist verboten und führt zu einer Strafe durch die Kampfrichter!
- Es gilt das Rechtsfahrgebot und die Straßenverkehrsordnung
- Die Strecke ist teilweise für den Verkehr gesperrt!
- Das Wegwerfen von Müll auf der Strecke (Littering) führt zu einer Disqualifikation durch die Kampfrichter

- Strecke geht jeweils gerade über den Kreisel!
- **Im Kreisel gilt Überholverbot!**
- **In der Ab-/Anfahrt (ca. 300m) und im Zielkanal Rad gilt Überholverbot!**

# 9. Laufstrecke Supersprint, Sprint, Staffel



Die Startnummer muss Vorne getragen werden

# 10. Staffeln

- Die beiden Wechsel erfolgen am Radplatz in der Wechselzone! Hier wartet der Radfahrer auf den Schwimmer. Er kann die Radschuhe schon anhaben. Der Helm und die Startnummer liegen am Rad. Die Radschuhe können aber auch am Rad eingeklickt sein. Der Läufer wartet ebenfalls in der Wechselzone am Radplatz auf den Radfahrer. Der Transponder/Zeitmesschip muss übergeben werden!
- wenn ihr möchtet könnt ihr gerne auch zu dritt als Team ins Ziel laufen
- Staffel im 2er- oder 3er-Team möglich: Eine/r schwimmt, eine/r fährt Rad, eine/r läuft. Staffeln werden nicht nach Damen und Herren gewertet (siehe DTU Sportordnung). Es dürfen auch nur zwei Teilnehmer eine Staffel bilden. Jugendliche unter 18 Jahren dürfen keine zwei aufeinanderfolgenden Disziplinen absolvieren. Startnummernband für Staffeln wegen dem schnellen Wechsel zu empfehlen!

Mit freundlicher Unterstützung



Wir sehen uns am 08.09.2024 beim

