



16. Lorsch Triathlon
Sonntag, 11. August 2019
Start 9.00 Uhr

Veranstalter:

DLRG Lorsch e.V.

Martin-Niemöller-Str. 7 - 64653 Lorsch
Telefon: 06251-587247
Mobil: 0172-6310898

in Zusammenarbeit mit dem Leichtathletikclub Olympia Lorsch e.V.

Einladung und Ausschreibung

Zielgruppe:

Einsteiger oder als Wettkampfvorbereitung für ambitionierte Triathleten

Distanz:

500m Schwimmen - 20km Radfahren - 5km Laufen

Voraussetzungen für die Teilnahme:

Die Strecke ist für Jedermann offen, sofern keine gesundheitlichen Bedenken bestehen. Teilnehmen kann jeder, der sich ordnungsgemäß angemeldet und akkreditiert hat und im Besitz einer offiziellen Startnummer des 16. Lorsch Triathlon 2019 ist. Zugelassen sind die Jahrgänge 2003 und älter. Personen, die das 18. Lebensjahr noch nicht

vollendet haben, benötigen eine unterschriebene Einverständniserklärung eines Erziehungsberechtigten. Eine Vereinsmitgliedschaft ist nicht erforderlich.

Teilnehmerbegrenzung:

Die Teilnehmerzahl ist auf 400 Einzelstarter und 50 Staffeln begrenzt. Die Startnummervergabe erfolgt nach Reihenfolge des Zahlungseingangs der eingegangenen Anmeldungen.

Schwimmen:

Das Schwimmen erfolgt im beheizten Waldschwimmbad Lorsch. Auf abgesperrten 50m-Bahnen sind insgesamt 500m (10 Bahnen) zu schwimmen. Wenderichter auf beiden Seiten des Schwimmbeckens achten auf einen korrekten Ablauf der Schwimmdisziplin. Gestartet wird aus dem Wasser (kein Startsprung) mit maximal 10 Teilnehmern in einer Bahn. Es gilt ein Rechtsschwimmgebot (Kreisverkehr). Das Tragen von Neoprenanzügen und/oder Auftriebsmitteln ist nicht gestattet.

Radfahren:

Die Radstrecke führt vom Schönwetterparkplatz am Waldschwimmbad Lorsch über die Waldrandsiedlung, Mannheimerstraße, Zedernstraße, Tannenstraße, Lagerfeldstraße, Erlengartenstraße, Seehofstraße auf die L3111 Richtung Hüttenfeld bis zur Abfahrt Heppenheim (L3198). Vor der Abfahrt wird gewendet und die Radstrecke führt zurück bis zur Tierkörperverwertungsanlage (TVA). Auf Wald- und Wirtschaftswegen führt die Radstrecke zurück am Feuchtbiotop vorbei bis zum Straßenbaudepot/Freizeitanlage Sachsenbuckel. Dort wird nach links wieder auf die L3111 abgebogen und eine **zweite Runde** gefahren. Nach Ende der zweiten Runde führt die Radstrecke vom Straßenbaudepot zurück über die Seehofstraße, Erlengartenstraße... zum Schönwetterparkplatz am Waldschwimmbad.

- Die Radstrecke ist nicht komplett gesperrt. Es gelten die Regeln der Straßenverkehrsordnung (StVO)
- Beim Radfahren besteht Helmtragepflicht
- Fahrräder (Mountainbike, Trekking- oder Rennrad) müssen über eine funktionsfähige Vorder- und Hinterradbremse verfügen und entsprechend verkehrssicher sein
- In der Wechselzone darf das Rad nur geschoben werden
- Auf der Radstrecke ist das Windschattenfahren nicht erlaubt und ein ausreichender Abstand zum Vordermann einzuhalten
- Jeder Teilnehmer hat auf der Radstrecke eine Startnummer zu tragen
- Die Nutzung von mp3-Playern oder ähnlichen Geräten ist untersagt

Laufen:

Die Laufstrecke ist abgesperrt und führt durch Wald- und Feldwege. Start der Laufstrecke ist am Schönwetterparkplatz am Waldschwimmbad. Von der Wechselzone ausgehend führt die Laufstrecke zunächst entlang der Südumzäunung des Waldschwimmbades bis zum „Trimm-Dich“-Pfad. An der Westumzäunung führt die Laufstrecke weiter über die Tiergartenschneise bis zum Stadion des SC Olympia Lorsch. Die Laufstrecke führt anschließend zurück an der BAB 67 entlang Richtung Mannheimerstraße, überquert diese, nutzt einen Teil des Waldlehrpfades im Erlengarten und führt wieder zurück zum Spielplatz an der Freizeitlage Birkengarten. Die Freizeitanlage wird durchquert und die Laufstrecke führt über den Schönwetterparkplatz weiter zu einer zweiten Runde, die jedoch nicht am Schönwetterparkplatz endet, sondern kurz vor Ende rechts um den Teich der Freizeitanlage Birkengarten verläuft und dort ins Ziel führt.

- Jeder Teilnehmer hat auf der Laufstrecke eine Startnummer zu tragen
- Das Tragen von Oberbekleidung ist beim Laufen Pflicht
- Die Nutzung von mp3-Playern oder ähnlichen Geräten ist untersagt

Staffelmansschaften:

Ein Staffelteam besteht aus 3 Mitgliedern (Damen, Herren oder Mixed), von denen jedes eine Teildisziplin absolviert. Einzelzeiten der Mitglieder werden zur Gesamtzeit addiert. Der Schwimmer läuft nach dem Schwimmen in die Wechselzone und übergibt dort seinen Zeitmesschip an den Radfahrer. Der Radfahrer übergibt nach Beendigung der Radstrecke seinen Zeitmesschip in der Wechselzone an den Läufer des Teams.

Startzeiten:

ab 09.00 Uhr in Gruppen im Waldschwimmbad Lorsch.

Gruppe I	(Startnummern 001 bis 054) – Start 09.00 Uhr
Gruppe II	(Startnummern 055 bis 108) – Start 09.20 Uhr
Gruppe III	(Startnummern 109 bis 162) – Start 09.40 Uhr
Gruppe IV	(Startnummern 163 bis 216) – Start 10.00 Uhr
Gruppe V	(Startnummern 217 bis 270) – Start 10.20 Uhr
Gruppe VI	(Startnummern 271 bis 324) – Start 10.40 Uhr
Gruppe VII	(Startnummern 325 bis 378) – Start 11.00 Uhr
Staffelstart	(Startnummern 379 bis 432) – Start 11.20 Uhr

Ausgabe der Startunterlagen/Akkreditierung:

Samstag, 10. August 2019 zwischen 15.00 und 18.00 Uhr

Sonntag, 11. August 2019 zwischen 07.00 und 08.00 Uhr

Die Ausgabe der Startunterlagen erfolgt am Veranstaltungsgelände (Freizeitanlage am Birkengarten) südlich des Waldschwimmbades. Die Startunterlagen beinhalten die Startnummer, eine Schwimmkappe sowie Startnummernaufkleber für Helm und Rad.

Wettkampfbesprechung:

um 8.30 Uhr im Waldschwimmbad Lorsch

Organisationsbeitrag:

Einzelstarter: € 30,00

Staffelstart: € 50,00

Nachmeldegebühr

nach Anmeldeschluß: € 5,00 (Einzel) / € 10,00 (Staffel)

Im Organisationsbeitrag enthalten sind alle Startunterlagen, ein Funktions T-Shirt, die Verpflegung während des Wettkampfes und eine Online-Urkunde.

Anmeldung:

Entweder ONLINE unter www.lorscher-triathlon.de **oder**

Absendung des Anmeldeformulars (erhältlich per PDF Download im Internet oder bei der DLRG im Waldschwimmbad Lorsch) per Post an die Adresse des Veranstalters.

Hinweis: Für Teilnehmer unter 18 Jahren ist diese Art der Anmeldung bindend, da die unterschriebene Einverständniserklärung eines Erziehungsberechtigten erforderlich ist und in schriftlicher Form vorliegen muss.

Anmeldeschluss:

Freitag, 02. August 2019

Zeitmessung:

Die Zeitmessung erfolgt mit einem elektronischen Zeitmess-System (Chip-Messung) und der ergänzenden Ermittlung von Zwischenzeiten für die Schwimm-, die Rad- und die Laufstrecke. Die Zeitnahme endet um 13.00 Uhr. Der Chip wird kurz vor dem jeweiligen Start am Schwimmbecken ausgegeben.

Wertung:

- Damen/Herrn getrennt nach Altersklassen gemäß DTU-Sportordnung
- Gesamtsiegerin und Gesamtsieger (Zeitschnellste)
- Staffelpwertung

Verpflegung am Veranstaltungsgelände:

- Frühstücksmöglichkeit ab 07.30 im Festzelt
- Gastronomisches Angebot ab 11.00 Uhr
- Getränkeverpflegungsstelle für die Teilnehmer während des Wettkampfes in der Wechselzone

Siegerehrung:

14.00 Uhr am Veranstaltungsgelände/Freizeitanlage Birkengarten

Radrückgabe:

Die Radrückgabe erfolgt nach Abgabe des Zeitmess-Chips bzw. der Startnummer an den Veranstalter. Für verlorene Zeitmess-Chips berechnet der Veranstalter eine Gebühr von € 10,00.