



21. Lorscher Triathlon

Sonntag, 16. August 2026

Start 9.00 Uhr

Veranstalter:

DLRG Lorsch e.V.

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

Wettkampfausschreibung

Austragungsbestimmungen

Zielgruppe:

Triathlon-Einsteiger, Hobby-Triathleten 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 21. Lorsch Triathlons 2026 ist. Zugelassen sind die Jahrgänge 2012 und älter. Personen, die das 18. Lebensjahr noch nicht vollendet haben, benötigen eine unterschriebene Einverständniserklärung eines Erziehungsberechtigten.

Teilnehmerbegrenzung:

Die Teilnehmerzahl ist auf 440 Einzelstarter und 50 Staffeln begrenzt. Die Startnummernvergabe 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 am Schwimmbecken achten auf einen korrekten Ablauf der Schwimmdisziplin. Gestartet wird aus dem Wasser (kein Startsprung) mit maximal 11 Teilnehmern in einer Bahn. Es gilt ein Rechtsschwimmgebot (Kreisverkehr). Die Schwimmstrecke ist ohne Hilfsmittel (z.B. Flossen, Handschuhe, Socken, Paddels, Schnorchel, Neoprenanzug, sonstige Auftriebsmittel) zu bewältigen. Schwimmbrillen sind erlaubt.

Radfahren:

Die Radstrecke führt vom Schönwetterparkplatz (Wechselzone) am Waldschwimmbad Lorsch über die Waldrandsiedlung, Mannheimer Straße, 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 und Erlengartenstraße zum Schönwetterparkplatz (Wechselzone) am Waldschwimmbad Lorsch. Der aktuelle Radstreckenplan ist auf der Internetseite des Lorsch Triathlons (www.lorsch-triathlon.de) unter „Details und Informationen“ einsehbar.

- Die Radstrecke ist (fast) komplett gesperrt. Es gelten trotzdem die Regeln der Straßenverkehrsordnung (StVO)
- Beim Radfahren besteht Helmtragepflicht
- Fahrräder müssen über eine funktionsfähige Vorder- und Hinterradbremse verfügen und entsprechend verkehrssicher sein
- In der Wechselzone darf das Rad nur geschoben werden. Der Helm ist vom Aufnehmen bis zum Abstellen des Rades in der Wechselzone geschlossen zu tragen
- Auf der Radstrecke ist das Windschattenfahren nicht erlaubt und ein ausreichender Abstand zum Vordermann einzuhalten
- Beim Radfahren ist Oberbekleidung zu tragen
- Beim Radfahren ist die Startnummer sichtbar hinten am Körper anzubringen

Laufen:

Die Laufstrecke ist größtenteils abgesperrt und führt durch Wald- und Feldwege. Start der Laufstrecke ist am Schönwetterparkplatz (Wechselzone) am Waldschwimmbad Lorsch. 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 noch Norden, vorbei am Stadion des SC Olympia Lorsch, bis zum Parkplatz „Hügeltränke“ östlich des Geländes der Freiwilligen Feuerwehr Lorsch (Ecke Nibelungenstraße/Am Birkengarten). Die Laufstrecke führt dann zurück nach Süden entlang der BAB 67 (Lorscher Feldschneise). Nach einer 90 Grad Abzweige (links) in Höhe der Autobahnraststätte Lorsch Ost führt die Laufstrecke dann nach Osten bis zur Südost-Grenze des Waldschwimmbades Lorsch. Westlich entlang der Freizeitanlage Birkengarten verläuft die Laufstrecke dann in Richtung Mannheimer Straße, durchquert die „Freizeitanlage Birkengarten“ sowie den südwestlichen Bereich der Wechselzone (Schönwetterparkplatz). Dort schließt sich eine zweite Laufrunde an, die jedoch nicht in der Wechselzone (Schönwetterparkplatz) endet, sondern kurz vorher rechts um den Teich der „Freizeitanlage Birkengarten“ verläuft und dort ins Ziel führt. Der aktuelle Laufstreckenplan ist auf der Internetseite des Lorscher Triathlons (www.lorscher-triathlon.de) unter „Details und Informationen“ einsehbar.

- Beim Laufen ist Oberbekleidung zu tragen
- Beim Laufen ist die Startnummer sichtbar vorne am Körper anzubringen

Staffelmannschaften:

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

Startzeiten:

ab 09.00 Uhr in Gruppen im Waldschwimmbad Lorsch.

Gruppe 1	(Startnummern 001 bis 054) – Start 09.00 Uhr
Gruppe 2	(Startnummern 055 bis 108) – Start 09.20 Uhr
Gruppe 3	(Startnummern 109 bis 162) – Start 09.40 Uhr
Gruppe 4	(Startnummern 163 bis 216) – Start 10.00 Uhr
Gruppe 5	(Startnummern 217 bis 270) – Start 10.20 Uhr
Gruppe 6	(Startnummern 271 bis 324) – Start 10.40 Uhr
Gruppe 7	(Startnummern 325 bis 378) – Start 11.00 Uhr
Gruppe 8	(Startnummern 379 bis 432) – Start 11.20 Uhr (Staffeln)

Ausgabe der Startunterlagen / Akkreditierung:

Samstag, 15. August 2026 zwischen 15.00 und 18.00 Uhr

Sonntag, 16. August 2026 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 Fahrradhelm und Rad.

Wettkampfbesprechung:

Sonntag, 16. August 2026 um 8.30 Uhr im Waldschwimmbad Lorsch

Startgebühren / Organisationsbeitrag:

Einzelstarter:	€ 45,00
Staffelstart:	€ 75,00

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

Im Organisationsbeitrag enthalten sind alle Startunterlagen, ein Funktions-T-Shirt sowie die Verpflegung während und nach dem Wettkampf (Zielbereich).

Anmeldung:

Entweder ONLINE unter www.lorscher-triathlon.de **oder** durch 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, 07. August 2026 oder nach Erreichen des Teilnehmerlimits

Zeitmessung:

Die Zeitmessung erfolgt mit einem elektronischen Zeitmess-System über einen Transponder (Chip-Messung) mit einer ergänzenden Ermittlung von Zwischenzeiten für die Schwimm-, die Rad- und die Laufstrecke. Die Zeitnahme endet um 13.00 Uhr. Der Transponder wird kurz vor dem jeweiligen Start des Teilnehmers nahe des Schwimmbeckens ausgegeben. Die Rückgabe des Transponders erfolgt nach Zieleinlauf. Bei Verlust des Transponders stellt der Veranstalter 30.-Euro in Rechnung.

Technische Geräte / Kopf- und Ohrhörer:

Athleten dürfen während des Wettkampfes keine Kommunikationsgeräte wie Mobiltelefone, Smart-Watches oder Funkgeräte in einer Art und Weise benutzen, die sie vom Wettkampfgeschehen ablenken. „Vom Wettkampfgeschehen ablenken“ beinhaltet – ist jedoch nicht begrenzt auf – Telefonieren, Senden und Empfangen von Textnachrichten, Abspielen von Musik, Verwendung sozialer Medien sowie Fotografieren. Das regelwidrige Benutzen von Kommunikationsgeräten wird mit Disqualifikation geahndet. Das Tragen von Ohr- und Kopfhörern während des Wettkampfes ist aus Sicherheitsgründen grundsätzlich verboten.

Wertung:

- Damen/Herren getrennt nach Altersklassen
- Gesamtsiegerin und Gesamtsieger (Zeitschnellste)
- Staffelwertung

Verpflegung am Veranstaltungsgelände:

- Frühstücksmöglichkeit ab 07.30 im Festzelt
- Gastronomisches Angebot ab 11.00 Uhr
- Getränkeverpflegungsstelle für die Teilnehmer während des Wettkampfes an der Laufstrecke (Nord-Tor Waldschwimmbad) und im Zielbereich (Athletenzone)

Siegerehrung:

14.00 Uhr am Veranstaltungsgelände/Freizeitanlage Birkengarten

Radrückgabe:

Die Radrückgabe erfolgt nach Abgabe der Startnummer an den Veranstalter.

Teilnahmebedingungen:

Neben den in dieser Ausschreibung genannten Austragungsbestimmungen verpflichtet sich jeder Teilnehmer zur Anerkennung und Einhaltung der offiziellen Teilnahmebedingungen zum Lorscher Triathlon. Diese sind auf der Internetseite des Lorscher Triathlons (www.lorscher-triathlon.de) unter „Details und Informationen“ einsehbar.

Haftung:

Die Teilnahme beim Lorscher Triathlon erfolgt auf eigenes Risiko. Die Haftung des Veranstalters, auch gegenüber Dritten, ist beschränkt auf Vorsatz und grobe Fahrlässigkeit. Dies gilt auch für die vom Veranstalter eingesetzten Firmen und Helfer. Die Haftung des Veranstalters für andere Schäden als solche aus der Verletzung des Lebens, des Körpers oder der Gesundheit ist ausgeschlossen, soweit sie nicht auf einer vorsätzlichen oder grob fahrlässigen Pflichtverletzung des Veranstalters oder seines gesetzlichen Vertreters oder Erfüllungsgehilfen beruht.

Der Veranstalter haftet nicht für Ausrüstungsgegenstände, die in der Wechselzone abhandeln kommen oder für andere abhandeln gekommene Gegenstände der Teilnehmer, soweit sie nicht auf einer vorsätzlichen oder grob fahrlässigen Pflichtverletzung des Veranstalters, seines gesetzlichen Vertreters oder seiner Erfüllungsgehilfen beruht.