

# Olympische Distanz

1500 m - 42 km - 10 km

## Wettkampfinfo-Startanweisung

**Zusatzhinweise 30 Minuten vor dem Start per Lautsprecherdurchsage.**

**Zeitmesstransponder bitte wie beschrieben befestigen!**

### Schwimmen: 1500 m

Nach Freigabe der Schwimmstrecke (Sprecherdurchsage) begeben Sie sich über die **Einstiegstelle** ins Wasser. Der Start erfolgt als Wasserstart.

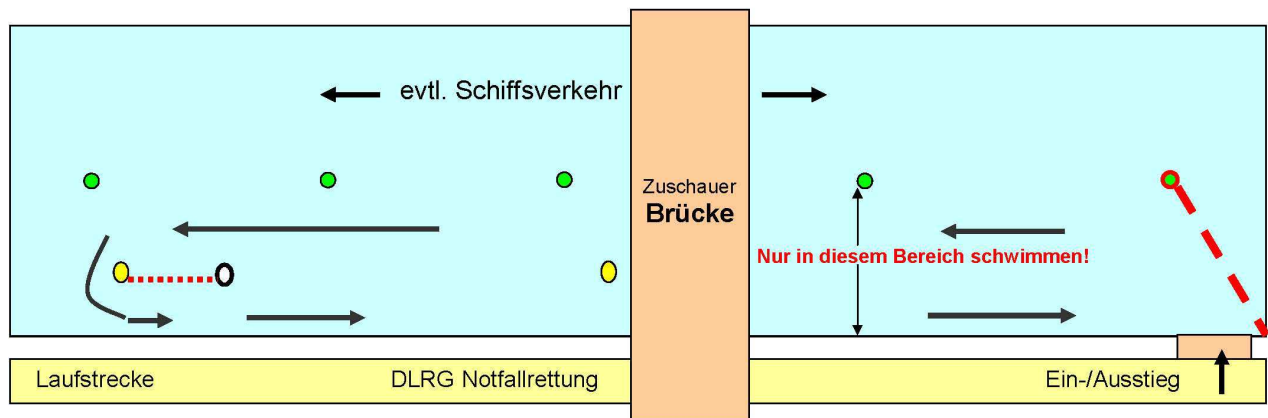
**Ausgegebene Veranstalter-Schwimmkappen müssen getragen werden.**

Aus Sicherheitsgründen **NICHT außerhalb** der **grünen Bojen** schwimmen. Die **grünen Bojen** bilden eine Trennlinie zwischen Schwimmstrecke und Schifffahrtsweg. Nach 750 m die gelbe Wendeboje gegen den Uhrzeigersinn um schwimmen und zurück bis zum Ausstieg (Ausstieg- und Einstiegstelle identisch).

**1500 m Schwimmstrecke. Gelbe Wendeboje nach 750 m.**

Entfernungsschilder nach 250 m, 500 m, 750 m

- Grüne Bojen = Trennlinie von Schwimmstrecke und Schifffahrtsweg
- gelbe Boje nach 750 m = Wendeboje
- weiße Boje mit Trennleine .....



### Radfahren: 42 km (3 Runden a 14 km)

**Besonderheit:** Die Zufahrt zur Radstrecke ist 300 m als Linksverkehr auf der linken Fahrbahnseite eingerichtet.

Die 14 km lange Radrunde endet immer an dem **roten km-Hinweisschild**.

Hier beginnt jeweils die nächste Runde mit einer **Rechtsabbiegung = hier Achtung, scharfe Abbiegung!**

Am Ende der 3. Radrunde = 42 km, in Höhe des roten Hinweisschildes, auf dem **linken** vorgegebenen Fahrstreifen geradeaus Richtung Ziel fahren.

Die Radstrecke kann für den KFZ-Verkehr nicht komplett abgesperrt werden.

Sie fahren gegebenenfalls mit fließendem Verkehr.

Fahren Sie äußerst rechts und bleiben Sie auch in Kurven auf Ihrer Fahrbahnseite!

**Es gilt die StVO. Kein Windschattenfahren!**

**Die Posten sperren nicht ab** (sie zeigen gegebenenfalls nur die Fahrtrichtung an).  
**Gelbe Schilder zeigen die Fahrtrichtung an.**

Nach dem Berganstieg werden mit Wasser gefüllte Radflaschen ausgegeben.



Rotes Schild am Ende der Radrunde. Hier nach rechts abbiegen in die nächste Runde. Nach den geforderten 3 Runden NICHT abbiegen sondern geradeaus auf dem linken vorgegebenen Fahrstreifen Richtung Ziel fahren.

**Laufen: 10 km** (2 Runden à 5,2 km)

Nach abstellen des Rades am Radplatz. Lauf durch die Wechselzone Richtung LAUFSTART Schild auf die Laufstrecke.

Verpflegungstelle je Runde nach 1 km, dann nach 2,5 km. Wasser, Cola, Salzkekse,

Nach dem 10-km-Schild biegen Sie von der Laufstrecke nach rechts zum Ziel ein. Zur **Zieleinlaufkontrolle** etwa 100m vor dem Zieleinlauf die Startnummer sichtbar nach vorne drehen.

**Falls Sie den Wettkampf abgebrochen haben,  
melden Sie sich bitte unbedingt zeitnah in der Startunterlagenausgabe.**

**Check-Out des Rennrades bis 17 Uhr erfolgt gegen Vorlage Ihrer Startnummer und den beim Check-In ausgegebenen Kontrollbändern.**