

# ShortMan

500 m - 27 km - 5 km

## Wettkampfinfo-Startanweisung

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

**Zeitmesstransponder bitte wie beschrieben befestigen!**

### Schwimmen: 500 m

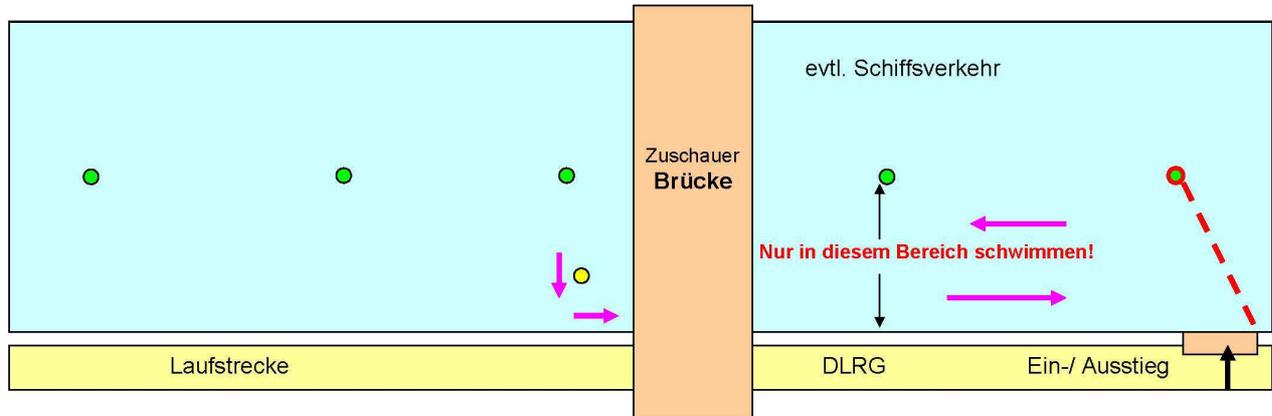
Nach Freigabe der Schwimmstrecke (Sprecherdurchsage) begeben Sie sich über die **Einstiegstelle** ins Wasser. Der Start erfolgt als Wasserstart.

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

Aus Sicherheitsgründen **NICHT außerhalb** der **grünen Bojen** schwimmen. Die **grünen Bojen** bilden eine Trennlinie zwischen Schwimmstrecke und Schifffahrtsweg. Nach 250 m die gelbe Wendeboje gegen den Uhrzeigersinn umschwimmen und zurück bis zum Ausstieg (Ausstieg- und Einstiegstelle identisch).

500 m Schwimmstrecke. **Gelbe** Wendeboje nach 250 m

- Grüne Bojen = Trennlinie der Schwimmstrecke zum Schifffahrtsweg
- Gelbe Boje = Wendeboje



### Radfahren: 27 km (2 Runden)

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

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

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

Am Ende der 2. Radrunde = 27 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 2 Runden NICHT abbiegen sondern geradeaus auf dem linken vorgegebenen Fahrstreifen Richtung Ziel fahren.**

**Laufen: 5 km** (1 Runde)

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

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

**Nach dem 5-km-Schild biegen Sie von der Laufstrecke nach rechts zum Ziel ein. Zur **Zieleinlaufkontrolle** bitte etwa 300 m vor dem Ziel 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.**