

Die Teilnahme an der Wettkampfbesprechung um 8:30 Uhr beim Schwimmstart ist Pflicht.

ACHTUNG: Jeder Teilnehmer startet auf eigene Gefahr. Die Straßenverkehrsordnung (STVO) ist auch auf gesperrten Strecken einzuhalten.

Die Startunterlagen enthalten:

- Bademütze (Schwimmer)
 - das Tragen ist Pflicht
 - dient zur Unterscheidung der Startgruppen
- Startnummer rot (Radfahrer)
 - muss hinten getragen werden
 - nach dem Wettkampf wird das Fahrrad nur gegen Abgabe der Startnummer und des Transponders ausgehändigt
- Startnummernaufkleber groß (Radfahrer)
 - am hinteren Bremszug des Fahrrads oder auf Sattelstütze aufkleben
- Startnummernaufkleber klein (Radfahrer)
 - vorne am Helm anbringen
 - wenn das nicht möglich ist, auf der rechten Seite des Helms
- Startnummer grün (Läufer)
 - muss vorne getragen werden
 - bitte nach dem Wettkampf an der Infobude abgeben
- Transponder (Schwimmer, Radfahrer, Läufer)
 - dient als Staffelstab
 - am Knöchel befestigen
 - nach dem Wettkampf wird das Fahrrad nur gegen Abgabe des Transponders und der Startnummer ausgehändigt



Am Ende der ersten und der zweiten Laufrunde werden Haargummis als Armbänder zum Runden zählen ausgeteilt. Jeder Teilnehmer ist selbst dafür verantwortlich, dass er diese erhält. Nur wer am Ende der dritten Laufrunde zwei Armbänder hat, darf ins Ziel abbiegen.

Da wir unseren Wettkampf so nachhaltig wie möglich gestalten wollen, bitten wir darum, die Haargummis nach dem Lauf an der Infobude abzugeben. Nach dem Anlegen der Startnummern darf der Abfall der Startunterlagen gerne auch an der Infobude abgegeben werden, wir trennen dort den Müll.