



Am kommenden Sonntag ist es so weit:

Um 9.30 Uhr ertönt der erste Startschuss des Tages und der Neckar wird *durchgewühlt*. Wir hoffen, ihr seid fit und freut euch auf den Wettkampf!

Hier findet ihr die wichtigsten Infos vorab für euren Wettkampf:

### Zeitplan

Wann?	Was?	Wo?
Samstag 17-19 Uhr	Startunterlagenausgabe	Unterhalb der Theodor-Heuss-Brücke, nördliches Neckarufer
Samstag 18 Uhr	Pasta-Party (2 € pro Person)	Neckarwiese (Uferstraße), im Bereich der Wechselzone
Sonntag 6.30-8.00 Uhr	Startunterlagenausgabe	Unterhalb der Theodor-Heuss-Brücke, nördliches Neckarufer
6.45-8.15 Uhr	Check-In	Nach 8.15 Uhr kann die Wechselzone nicht mehr betreten werden!
8.30-8.45 Uhr	Wettkampfbesprechung. Teilnahme ist Pflicht!	An der Wechselzone
8.45-9.15 Uhr	Fußmarsch zum Schwimmstart	Schwimmstart: Höhe Neckarmünzplatz an der B37
9.30 Uhr	Schwimmstart Topstarter, im Anschluss Rolling Start	
ab 11.25 Uhr	Erster Zieleinlauf erwartet	
13-15 Uhr	Check-Out	
14 Uhr	Siegerehrung	

### Startunterlagenausgabe

- Hier bekommt ihr eure Startnummer, Athletenbändchen, Badekappe und Etikettenbogen mit den Aufklebern für Rad und Helm (jeweils auf der linken Seite zu kleben, z.B. Oberrohr oder Sattelstütze).
- Wichtig in diesem Jahr: Fähnchen gut an der Sattelstützung befestigen (hierdurch erfolgt die Messung an der Bergwertung)

### Check-In

- Bitte kommt mit befestigter Startnummer (am selbstständig mitgebrachten Startnummernband oder z.B. Hosengummi), beklebtem Helm mit geschlossenem Kinnriemen, und Rad (mit Startnummer) zum Check-In.
- Beim Check-In erhaltet ihr euren **Chip inkl. Chipband**.
- In der Wechselzone gibt fest zugewiesene Wechselplätze.



### Schwimmen Rad Laufen

#### Schwimmen

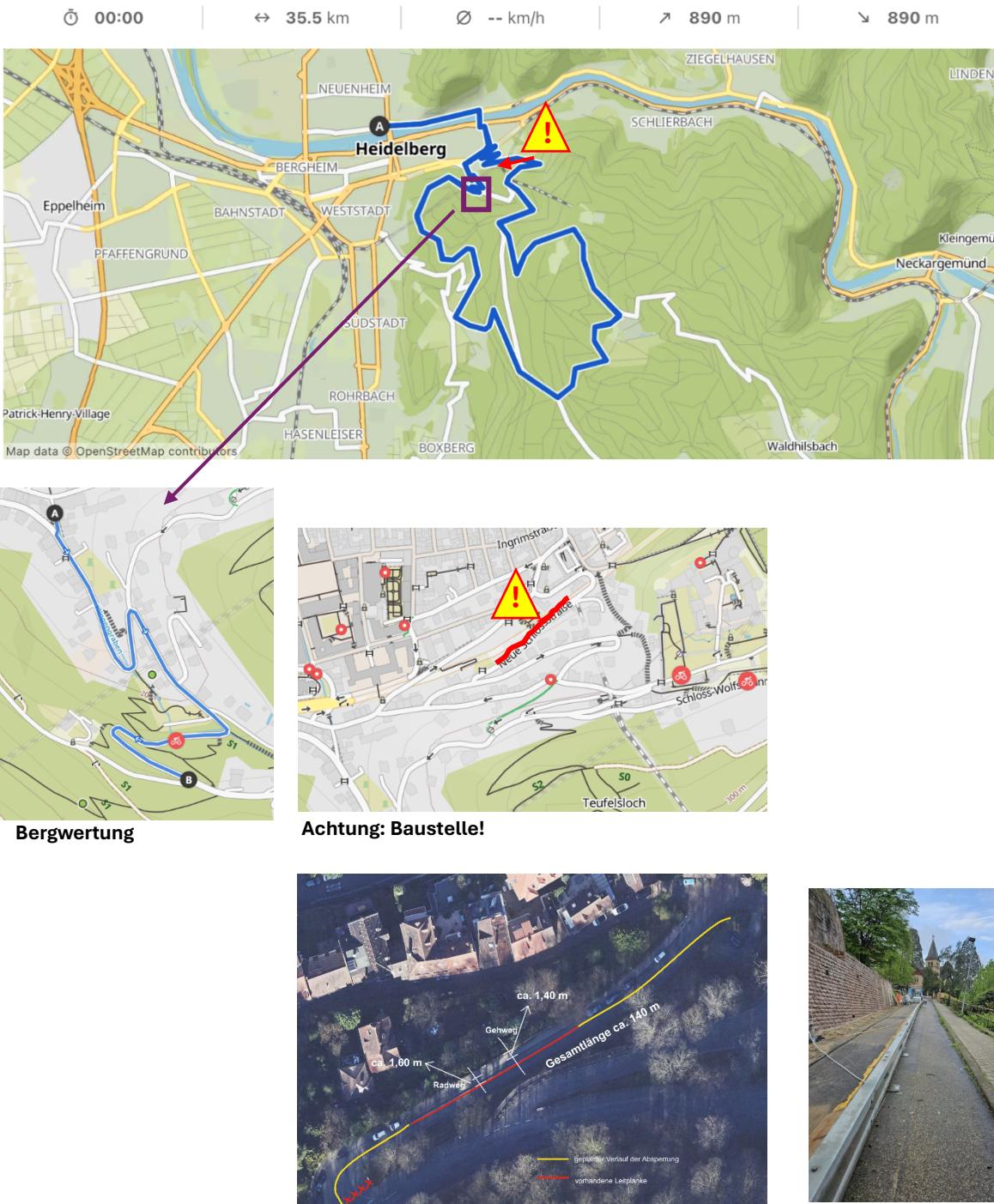
- Neoprenanzüge sind erlaubt bis zu einer Wassertemperatur von 24,5 °C. Die Messung erfolgt eine Stunde vor Wettkampfstart und die Entscheidung wird bei der Wettkampfbesprechung bekanntgegeben.
- Kompressionskleidung beim Schwimmen ist nur **unter** dem Neo erlaubt.
- Der Schwimmstart befindet sich auf der Höhe des Neckarmünzplatz an der B37. Die Topstarter starten um 9.30 Uhr, danach folgt das Hauptfeld als Rolling Start (alle 5 Sekunden starten 6 Teilnehmer gleichzeitig), die Zeitmessung läuft ab Überschreiten der Zeitmatte bei individuellem Start.



#### Radfahren

- Auflieger und Zeitfahrräder sind erlaubt.
- Es herrscht **Windschattenverbot** auf der gesamten Radstrecke!
- Es besteht ein **Rechtsfahrgebot!**
- Die Strecke ist für andere Verkehrsteilnehmer gesperrt. Seid bitte trotzdem aufmerksam und rechnet immer mit unbefugten Teilnehmern auf der Strecke!

- Die Startnummer ist beim Radfahren hinten zu tragen.
- Aufstiegs- und Abstiegslinie beachten!
- **Striktes Überholverbot** im Bereich der Neuen Schlossstraße. Der Bereich ist durch Schilder gekennzeichnet (siehe Bild).
- Es wird eine Bergwertung geben: Von oberhalb des Klingentors bis zum Beginn des Johannes-Hoops-Wegs.
- Es gibt keine Verpflegungsstelle auf der Radstrecke. Bitte sorgt daher dafür, dass ihr ausreichend Verpflegung auf dem Fahrrad mitnehmt.



## Laufen

- Wendepunktstrecke auf dem Philosophenweg.
- Verpflegungsstelle oberhalb des Philosophengärtchens (nach ca. 2,5 und 7,5 km): Dort gibt es Wasser und Elektrolyt-Getränke von UltraSports.
- Die Startnummer ist vorne zu tragen.



## Allgemein

- Es gilt die DTU-Sportordnung.
- Keine Handys, Kopfhörer, Musik, etc. auf der Strecke!
- Hilfe von außen ist verboten!

## Nach dem Wettkampf

- **Umkleiden/Duschen/Toiletten:** Es gibt am Schwimmstart und in der Wechselzone Toiletten. Umkleiden und Duschen gibt es beim Heidelberger Ruderclub (Neuenheimer Landstraße 3A, 69120 Heidelberg) ca. 200m vom Zielbereich entfernt.
- **Check Out:** Ab 13 Uhr nur gegen **Rückgabe des Zeitchips inkl. Fußband**.

## Siegerehrung

- Die Siegerehrung findet voraussichtlich um 14 Uhr statt.
- Geehrt werden Platz 1 - 3 der Gesamtwertung, sowie jeweils Platz 1 jeder Altersklasse, Platz 1-3 der Staffeln (M, W, M/W), und der Firmenstaffeln, sowie die und der Schnellste auf unserer Bergwertung (+ Staffeln).



aera

FITNESS &  
HEALTH CLUB

ATLANTIC  
HOTEL Heidelberg

ATOS

HEIDELBERGER VOLKS BANK

stadtwerke  
heidelberg

SCHWALBE

Veloland

ultra  
SPORTS

blacksheep

Bonnie  
Bude

EICHBAUM

GERAS

TRIATHLON  
QUERSEE

OLYMPIA  
STÜTZPUNKT

V.SUN

YELLOW  
GREEN

design.