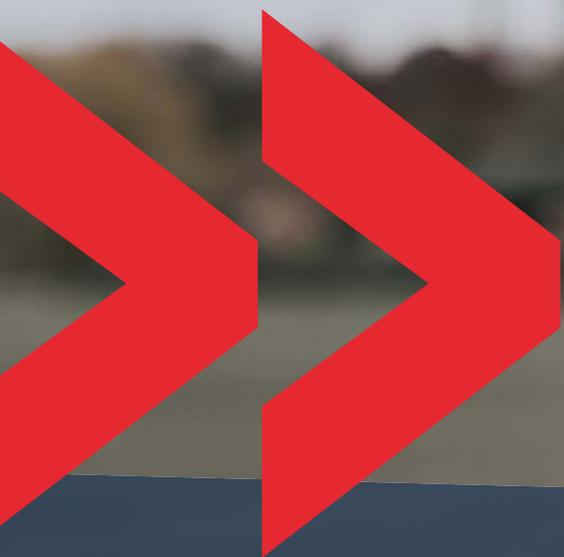


viking
triathlon



PROGRAMMHEFT 2022



Moin!

Mehr und mehr kehrt der Sport in unser Leben zurück! Mit dem Viking Triathlon hat unsere Heimat einen echten Höhepunkt zu bieten. Denn er vereint sowohl Schleswig-Holsteins einzigartige Natur als auch Kulturgeschichte. Beide wollen wir schützen und bewahren. Denn bei uns ist es wunderschön, aber die Schlei und die Landschaft sind bedroht. Wir Menschen haben der Natur stark zugesetzt.

Der Triathlon führt die Teilnehmer vorbei an Haithabu und Schloss Gottorf. Nach Homeoffice und Heimunterricht eine geniale Strecke für einen Lauf. Die schönsten Ecken Schleswig-Holsteins, das Weltkulturerbe der Wikinger, Sport und freiwilliges Engagement laden endlich wieder zur Begegnung ein. Ob als Teilnehmer, Unterstützer oder einfach nur Zuschauer – sei beim Viking Triathlon dabei!

Stefan Seidler · MdB, Südschleswigscher Wählerverband



Foto: Martin Ziemer

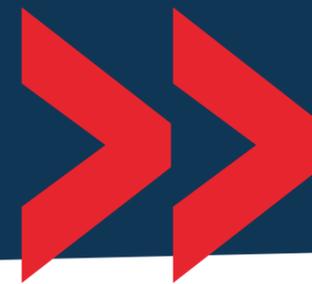
Liebe Triathletinnen und Triathleten,

gefühlte war es gestern, als wir das Angebot erhielten die Organisation des Viking Triathlons zu übernehmen. Nun steht die Premiere der Neuauflage des Triathlons in Schleswig kurz bevor und wir können euch sagen: Wir haben richtig Bock! In den letzten Monaten haben wir alles dafür getan, dass ihr einen tollen Wettkampftag an der Schlei erleben könnt und hoffen, dass eure Vorfreude genauso groß ist, wie bei uns. Für uns zählt, dass ihr Spaß habt und eure persönlichen Ziele erreicht – egal wie ambitioniert sie sind. Am Ende sind wir für jedes Feedback dankbar! Nur so können wir besser werden. Wir sehen uns in Schleswig.

Euer Viking Triathlon-Team
Timo, Lena, Martin und Leon



Wir Recycling



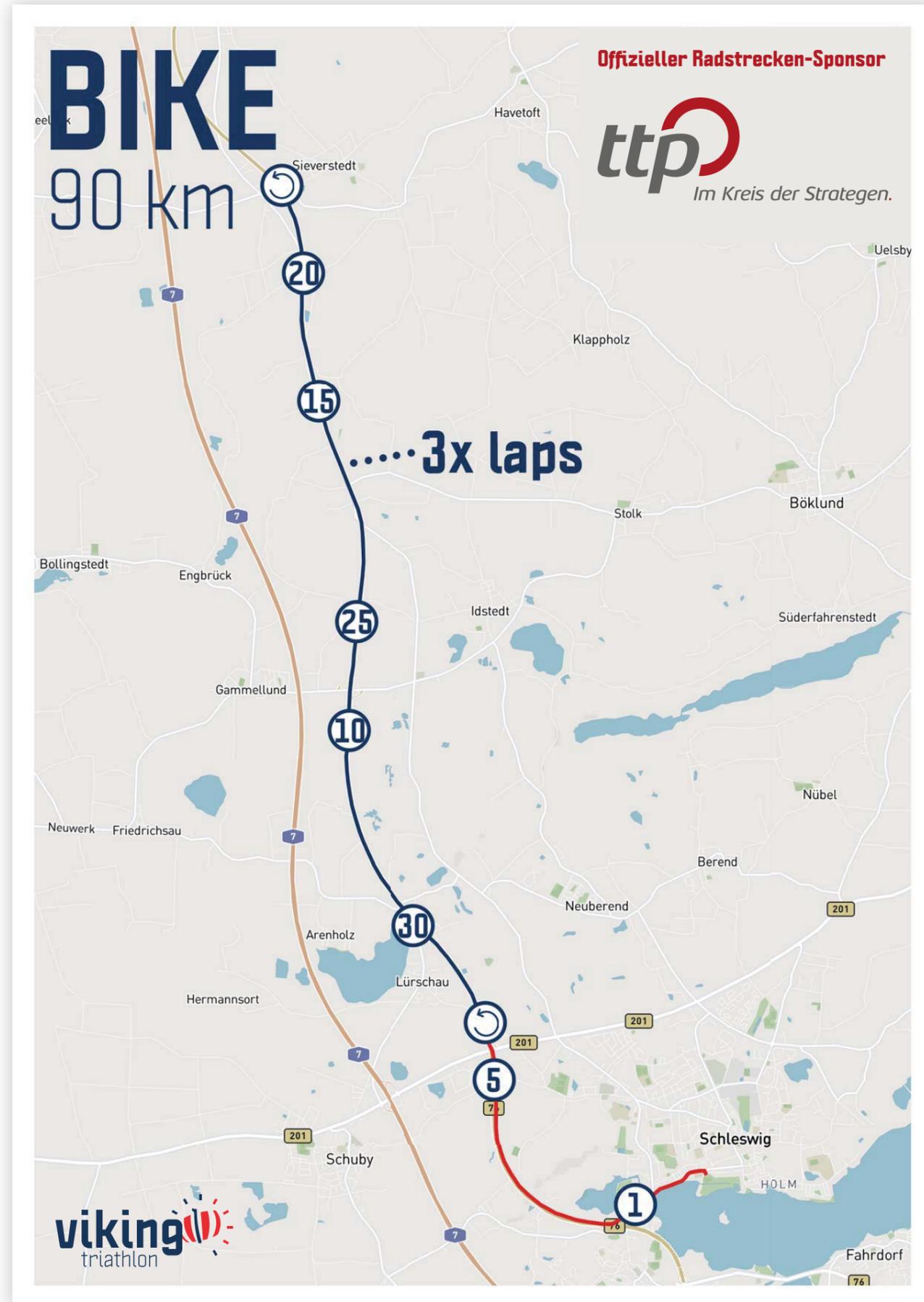
INHALTSVERZEICHNIS

- 3** **Grußworte**
Stefan Seidler
und Orgateam
- 5** **Inhaltsverzeichnis**
Alle Themen des Pro-
grammhefts im Überblick
- 6** **Strecken**
Übersicht der Wett-
kampfstrecken sowie
eine Check-Liste
- 8** **Verpflegung**
Übersicht der Verpfle-
gungsstellen und Infos
- 12** **Wechselzone**
Ein Lageplan vom Ver-
anstaltungsgelände
- 16** **Zeitplan**
Alle Uhrzeiten und Pro-
grammpunkte im Überblick
- 17** **Sportordnung**
Die wichtigsten
Auszüge der SpO
- 18** **Moin Schleswig**
Portrait über die Stadt
der Wikinger
- 20** **Food-Festival**
Gaumenschmaus und
Leckereien erwarten
euch hier!
- 22** **Ausschreibung**
Hier nochmal zum
nachlesen
- 24** **FAQ**
Mögliche Fragen wer-
den hier beantwortet
- 26** **Impressum**

SCHWIMMSTRECKE



RADSTRECKE



» CHECK-LISTE

Allgemeines

- Startpass
- Ausweis/Reisepass
- Bargeld
- Ggf. Zeitnahme-Chip
- Warmkleidung
- Wettkampfanzug
- Verpflegung
- Ggf. Sonnencreme
- Luftpumpe

Swim

- Neoprenanzug
- Ggf. Schwimmanzug
- Schwimmbrille
- Silikon-Bademütze

Wechsel

- Handtuch
- Startnummernband
- Socken
- Verpflegung

Radfahren

- Rennrad
- Helm
- Radschuhe
- Radbrille
- Handschuhe/Ärmlinge/Weste
- Ersatz-/Reparatur-Kit
- Trinkflaschen + Getränk
- Verpflegung

Laufen

- Laufschuhe
- Cappy/Visor
- Verpflegung

Nach dem Rennen

- Warmkleidung
- Mütze
- Badelatschen
- Handtuch
- Duschzeug

LAUFSTRECKE



» VERPFLEGUNG

Radstrecke

ca. km 20: Wasser, Iso, Gel, Riegel

Laufstrecke

km 3 (Schlos Gottorf): Wasser

km 5 (Kapelle): Wasser, Iso, Gel

km 7 (Ziel): Wasser, Iso, Gel, Cola

After Race: Wasser, Iso, Riegel, Cola, Obst, Kuchen

FACT:

Schwitzen ist für deinen Körper überlebenswichtig, denn es verhindert, dass dein Körper überhitzt. Gleichzeitig verliert dein Körper dabei aber wertvolle Mineralstoffe.

Zu diesen gehören Natrium, Kalium, Calcium, Magnesium sowie Zink und Jod. Besonders Kalium, Magnesium und Natrium sind für Ausdauersportler*innen unverzichtbar und somit auch bei deiner Wettkampf-Verpflegung zu bedenken!



Offizieller Nutrition-Partner

OSTSEEFJORDSCHLEI

BEREIT FÜR DEN TRIATHLON?

Dir fehlt nur noch die passende Unterkunft?

Jetzt buchen unter www.ostseefjordschlei.de oder den QR-Code scannen!

Wir sind für Sie da - so zuverlässig wie ein Schutzengel.

Arne Hinrichsen e.K.
Capitolplatz 7
24837 Schleswig
Tel. 04621/96560
Fax 04621/965656
schleswig@provinzial.de

Alle Sicherheit für uns im Norden.

PROVINZIAL
Die Versicherung der Sparkassen

**DEXTRO
ENERGY***

Lauf nicht leer.

Tank Dextro Energy* Liquid Gel!

Ausdauersport konfrontiert den Körper mit einer hohen Belastung. Bei Läufen, Raddistanzen, Marathon, Triathlon oder Ironman wird der Körper stark gefordert. Voraussetzung für erfolgreiches Meistern der sportlichen Beanspruchung: Schnelle Energieunterstützung vor allem in der Leistungsphase!

Energie sofort, wenn es daraufkommt

Während der Belastung ist der Bedarf klar definiert: Champions brauchen Kohlenhydrate als schnelle Energielieferanten. Aber nur leicht verwertbare Kohlenhydrate gehen sofort ins Blut, sorgen für den schnellen Energieschub bei Leistungsspitzen und überbrücken jede Leistungslücke in Training und Wettkampf.

Liquid Gel – blitzschneller Energielieferant

Gerade in der Einsatzphase kommt es auf schnellstmöglich verfügbaren Nachschub in Form von Energie an. Das Liquid Gel von Dextro Energy* versorgt den Sportler mit unmittelbar verfügbaren Kohlenhydraten – Energie, die dem Körper rasend schnell zur Verfügung steht. Wissenschaftlich bewiesen: Dextro Energy* Liquid Gel liefert schneller Energie als die Banane.

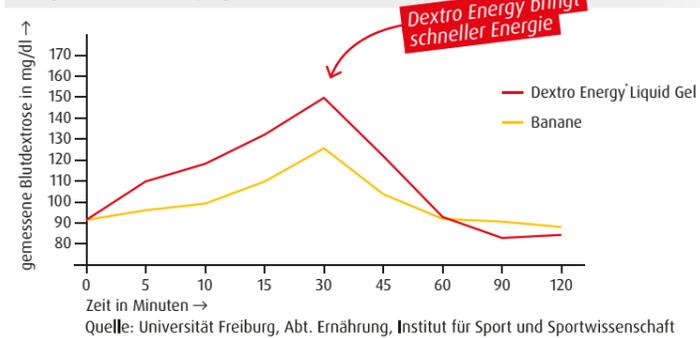
Ein weiterer Vorteil: Das hochflüssige Gel kann gerade im Moment maximaler Belastung problemlos aufgenommen werden. Sportler bestätigen: Dank seiner flüssigen Konsistenz und des angenehmen Geschmacks lässt sich Dextro Energy* Liquid Gel schnell und einfach konsumieren – besser als vergleichbare Produkte.

Der Experte für alle Etappen

Neben dem Liquid Gel liefert der Experte für schnelle Energie weitere Energiespender für die Leistungsphase. Auch Dextrose Tablets und der Isotonic Sports Drink bieten schnelle Kohlenhydrate für Training und Wettkampf. Speziell abgestimmte Produkte für die Phasen vor und nach der Hauptbelastung runden den Bedarf erfolgsorientierter Athleten komplett ab!

Mehr Informationen unter www.dextro-energy.de.

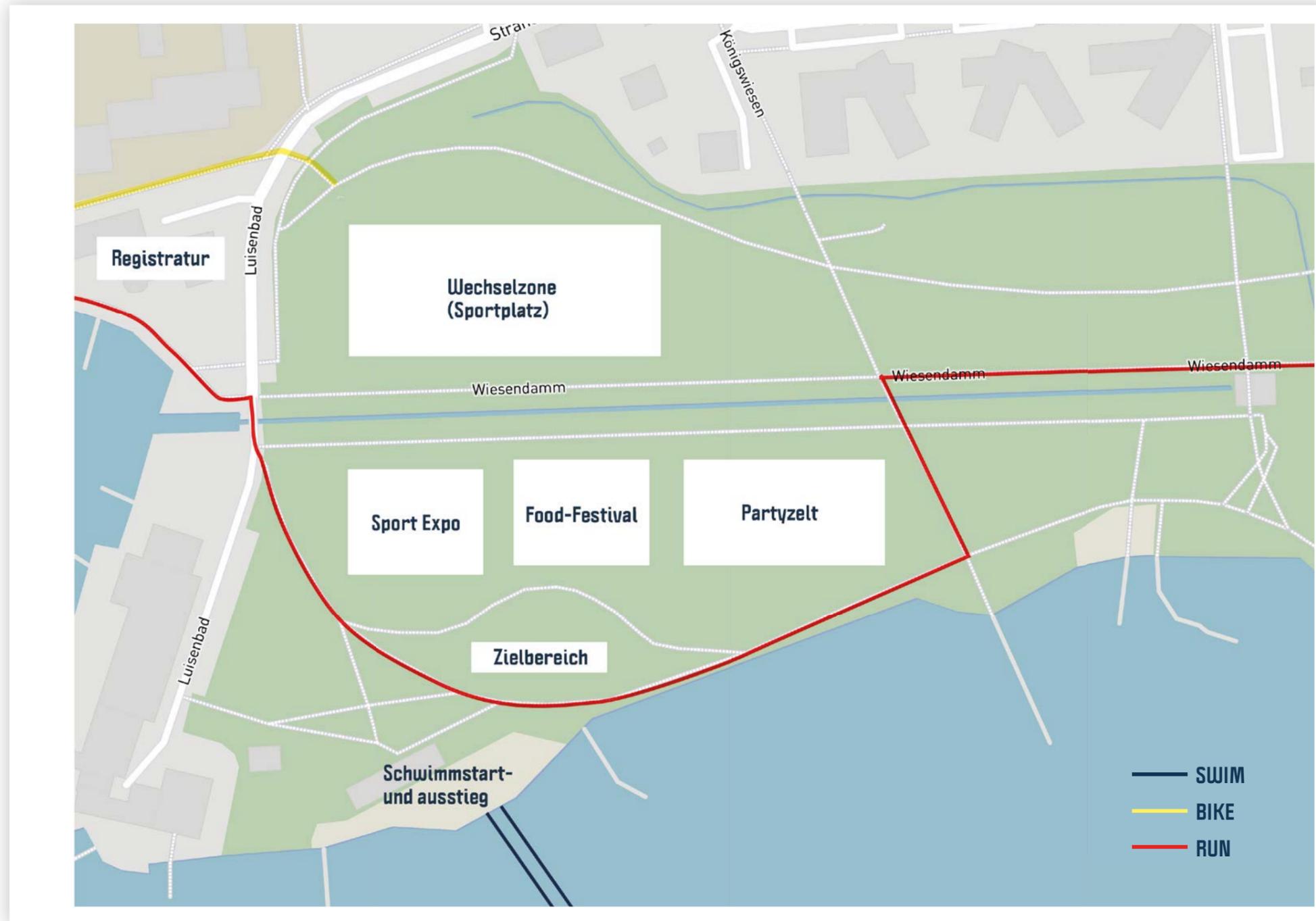
Vergleich Blutzuckerspiegel im Versuch



*enthält Kohlenhydrate



>> WECHSELZONE



Registratur

Eure Startunterlagen bekommt ihr am Freitag von 14:00-19:00 Uhr in der Mensa der Domschule (Königstraße 37, 24837 Schleswig), direkt gegenüber vom Sportplatz, auf dem sich auch die Wechselzone befindet.

Bike Check-in

Auf dem Sportplatz der Domschule am Freitag von 15:00-20:00 Uhr. Vorab müssen die Startunterlagen abgeholt, und das Fahrrad entsprechend der Anforderungen vorbereitet sein. Der Helm muss beim Check-in mit geschlossenem Kinnriemen getragen werden.

Helm und Fahrrad bleiben in der Wechselzone. Alles weitere darf ab Samstagfrüh in der jeweiligen Kiste, die zu jedem Fahrradstellplatz gehört, platziert werden. Die Wechselzone darf am Samstag nur noch von 08:00-09:30 Uhr betreten werden.



Fit in allen wirtschaftlichen Disziplinen: Ihre Experten von ttp.

Wir wünschen den Teilnehmern des Viking Triathlons viel Erfolg und ihren Zuschauern ein spannendes Event!



ttp - Im Kreis der Strategen

Steuerberatung · Wirtschaftsprüfung · Rechtsberatung · Unternehmensberatung
Flensburg · Süderbrarup · **Schleswig** · Husum · Berlin



Weil's um mehr als Geld geht.



Gemeinsam für eine lebendige Region.

Als regionaler Finanzpartner engagieren wir uns aktiv in der Förderung von Kultur, Sport und Nachhaltigkeit zwischen Nord- und Ostsee.

Wir freuen uns, so die Lebensqualität, Vielfalt und das Miteinander in unserer Heimat zu fördern.

Nah. Näher. Nospa.



Magnesium, wie ich es will

NUR IN DER APOTHEKE

Gut für **MUSKELN** und **NERVEN**

Magnesium leistet einen Beitrag zur Unterstützung der normalen Muskel- und Nervenfunktion, des normalen Energiestoffwechsels sowie zur Aufrechterhaltung des Elektrolytgleichgewichts.



MAGNESIUM 400 CITRAT

Trinkgranulat

- Mit Orange-Granatapfel-Geschmack
- 400 mg Magnesium aus Citrat

PZN: 03979800



MAGNESIUM 400 DIRECT

Micro-Pellets

- Einnahme ohne Wasser
- 400 mg Magnesium, davon 200 mg aus Citrat

PZN: 13590078



MAGNESIUM 400 DEPOT

2-Phasen Depot-Tablette

- 200 mg Magnesium in der Direkt-Phase mit schnellerer Freigabe
- 200 mg Magnesium mit Depot-Funktion

PZN: 11034864



FREITAG, 24. JUNI 2022		
14:00–19:00 Uhr	Registratur geöffnet	Domschule
15:00–20:00 Uhr	Bike Check-in	Sportplatz
15:00–19:00 Uhr	Sport-Expo	Königswiesen
15:00–22:00 Uhr	Food-Festival	Königswiesen
19:00–22:00 Uhr	Party	Festzelt Königswiesen
SAMSTAG, 25. JUNI 2022		
08:00 Uhr	Öffnen der Wechselzone	Sportplatz
08:00–19:00 Uhr	Sport-Expo	Königswiesen
09:30 Uhr	Schließen der Wechselzone	Sportplatz
10:00 Uhr	Start Viking Triathlon	Luisenbad
ca. 10:25 Uhr	Erster Wechsel	Sportplatz
ca. 12:35 Uhr	Zweiter Wechsel	Sportplatz
ca. 13:45 Uhr	Erster Zieleinlauf	Zielbereich Königswiesen
16:00–20:00 Uhr	Check-out	Sportplatz
18:00 Uhr	Zielschluss	Zielbereich Königswiesen
19:00 Uhr	Siegerehrung	Festzelt Königswiesen
19:00–22:00 Uhr	Party	Festzelt Königswiesen

>> AUSZÜGE DER SPORTORDNUNG (SpO)

SWIM

- Der Teilnehmer hat die offizielle Badekappe der Veranstaltung zu tragen.
- Verboten sind Hilfsmittel wie z.B. Flossen, Handschuhe, Socken/Strümpfe, Paddles, Schnorchel.
- Dem Teilnehmer ist es zu seiner eigenen Sicherheit erlaubt, sich während des Schwimmens an geeigneten Stellen festzuhalten. Er darf sich keinen Vorteil verschaffen. In einem Notfall sollte der Teilnehmer seinen Arm heben und nach Hilfe rufen. Nachdem Hilfe vom Rettungspersonal oder durch einen Kampfrichter geleistet wurde, darf der Teilnehmer den Wettkampf nicht fortsetzen.

BIKE

- Die Straßenverkehrsordnung (StVO) ist einzuhalten.
- Die Startnummer ist deutlich sichtbar auf der Rückseite zu tragen.
- Gefährliches und gefährdendes Fahrverhalten wird als Regelverstoß geahndet. Darunter fällt auch rechts überholen bei Rennen mit Windschattenverbot.
- Gestattet ist das Mitführen von Werkzeugen und Ersatzteilen; nicht jedoch das Mitführen oder Auswechseln von Laufrädern und Rahmen.
- Es ist ein radsportspezifischer Helm mit geschlossenem Kinnriemen zu tragen, der korrekt auf dem Kopf sitzt und keine Beschädigungen aufweist.

- Die Windschattenzone ist 12m lang, gemessen von der Vorderkante des Vorderrades des Vordermannes bis zur Vorderkante des Vorderrades des nachfolgenden Teilnehmers. Der Überholvorgang muss nach 25 Sekunden abgeschlossen sein.

RUN

- Die Mindestbekleidung sind Einteiler oder Oberteil und Hose.
- Die Startnummer ist deutlich sichtbar auf der Vorderseite zu tragen.

Verhalten in der Wechselzone

- Der Radhelm ist beim Check-in mit geschlossenem Kinnriemen auf dem Kopf zu tragen.
- Nach der Kontrolle (Check-in) hat der Teilnehmer sein Rad auf dem ihm zugewiesenen Platz abzustellen und der Helm muss sich mit geöffnetem Kinnriemen am Rad befinden.
- Der Athlet hat jegliches bereits genutztes Equipment nach dem Wechsel in der Box am Fahrrad zu verstauen.
- Innerhalb der Wechselzone ist es verboten, mit dem Rad zu fahren.
- Das Aufsteigen aufs Rad hat frühestens nach und das Absteigen vom Rad spätestens vor einer vorgesehenen Auf- oder Abstiegszone (-linie) zu erfolgen.
- Markierungen des Wechselplatzes jeglicher Art sind verboten und können, ohne den Athleten informieren zu müssen, vom Wettkampfgericht entfernt werden.



»» MOIN SCHLESWIG



Warum ein Triathlon in Schleswig? Das hat sich vielleicht schon der ein oder andere von euch gefragt! Doch hat Schleswig einiges zu bieten – mehr als du dir vielleicht vorstellen kannst. Ein Blick auf die Karte verrät: Schleswig hat eine ideale Lage, und ist nicht nur für die Norddeutschen und Nordfriesen gut zu erreichen. Auch den Hamburger Raum sowie für die Niedersachsen ist die Stadt in Schleswig-Holstein am Ende der langgezogenen Ostseebucht Schlei gut zu erreichen.

Haithabu, am Stadtrand von Schleswig, galt in der Wikingerzeit als eines der bedeutendsten Handelszentren Nordeuropas. Die UNESCO hat diesen besonderen

Ort sogar in das Weltkulturerbe aufgenommen und so steht die Stadt ganz im Zeichen der Wikinger. Auch während des Triathlons sind Wikinger allgegenwärtig – ihr könnt gespannt sein!

Eines der bekanntesten Gebäude der Stadt ist Schloss Gottorf. Früher Heimat verschiedener Könige, heute Besuchermagnet aufgrund der beiden Landesmuseen und des angrenzenden Barockgarten. Auch ein Spaziergang durch die Fischersiedlung „Holm“ und ein Besuch des kürzlich sanierten St. Petri Doms lohnt sich. Von dort aus gibt es einen herrlichen Blick auf die Schlei, in dem schon bald das Wasser von Triathleten zum brodeln gebracht wird...



Fotos: Lena Bombe

»» FOOD FESTIVAL REGIONAL



Parallel zum Viking-Triathlon findet auf dem Veranstaltungsgelände Königswiesen und in unmittelbarer Nähe zur Schlei, zur Laufstrecke und dem Zielbereich das 1. Food Festival regional statt. Das Team vom Stadtmarketing hat 12 unterschiedliche Foodwagen-Betreiber zusammengestellt, die für euer leibliches Wohl zu sorgen.

Habt Ihr schon mal Hanfwurst mit Krautsalat probiert? Echte Exoten wie Wildsau-Bratwurst, Langosch oder libanesischen Spezialitäten sind dabei, aber auch Klassiker wie Pommes, Falafel, Currywurst oder Pulled-Beef zählen zu den herzhaften Snacks. Für die Süßen unter euch ist auch gesorgt. Belgische Waffeln



mit verschiedenen Toppings, Crepes, Eis (klassisch oder soft) und Baklava bringen euch in den Zuckerhimmel. Und verdurstet wird auch keiner.



Freut euch am Freitag von 15:00 Uhr bis 22:00 Uhr und am Samstag von 09:00 Uhr bis 22:00 Uhr auf kulinarische Genüsse – und das Ganze immer für unter 4 €.

Übrigens: Freitag und Samstag ab 18:00 Uhr legt DJ Marc im Festzelt auf und sorgt für passende Stimmung.

24.+25. Juni 2022
Königswiesen
Schleswig

WIKINGERSTADT SCHLESWIG
STADTMARKETING

FOOD Festival REGIONAL

Die Erfrischung für unseren Sport im Norden.

Wittenseer / Aktiv Tour
 Aus Liebe zum Norden.

wittenseer.de

Tradition - Handwerk - Stärke

Davids
 Dienstleistungswerkstatt
 GmbH Inklusionsbetrieb Gegründet 2011

Margarethenwallstraße 10-12, 24837 Schleswig
 info@davids-dw.de • 04621/4853-220
www.davids-dw.de

WIKINGERSTADT SCHLESWIG

LORENZEN
 Bauunternehmen GmbH
 Gegründet 1947
 info@lorenzen-bauunternehmen.de
 04621/4853-0

Stadelmann
 Bauunternehmen
 Hoch- u. Tiefbau GmbH
 Gegründet 1924
 info@stadelmann-bau.de
 04621/3802-0

Bothmann
 Dachdecker- & Baukomponenten- & Fassadenbau
 Gegründet 1927
 info@bothmann-gmbh.de
 04621/23026

Thede
 Malereibetrieb GmbH
 Maler- & Lackierbetriebe • Wärme- & Kälteanlagen
 Gegründet 1934
 info@thede-maler.de
 04621/4853-16

Veranstalter:

sub4 sportevents UG (haftungsbeschränkt) Martin Müller, Leon Schönknecht, Timo Petersen, Lena Bombe

Moderator:

Peter Poppe

Wettkampfgericht/-richter:

Einsatzleiter und Wettkampfrichter der SHTU

Wettkampfordnung:

Der Veranstaltung liegen, außer bei Sonderfällen, in der Hauptsache die Wettkampfordnungen der deutschen Triathlon Union (Sportordnung, Veranstalterordnung, Bundesligaordnung, Anti-Doping-Code, Kampfrichterordnung) sowie Rechts- und Verfahrensordnung und die Disziplinarordnung zugrunde. Mit der Anmeldung erkennt der Teilnehmer die Wettkampfordnungen, die Rechts- und Verfahrensordnung, die Disziplinarordnung sowie die AGB's als für sich verbindlich an. Jeder Teilnehmer ist für die technische Sicherheit seiner Ausrüstung selbst verantwortlich und hat darauf zu achten, dass sie den Regeln entspricht. Sonderregelungen werden in der Wettkampfbesprechung bekanntgegeben.

Allgemeines:

Die nachfolgenden Teilnahmebedingungen regeln die rechtlichen Verhältnisse zwischen den Teilnehmern und dem Organisator der Veranstaltung Viking Triathlon Schleswig. Verantwortlicher Organisator für die Veranstaltung ist das Organisationsteam der sub4 sportevents UG (haftungsbeschränkt) i.G. Für die Geschäftsbeziehung zwischen der sub4 sportevents UG und dem Teilnehmer gelten ausschließlich die nachfolgenden Teilnahmebedingungen, sowie die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB's) in der zum Zeitpunkt der Anmeldung gültigen Fassung bzw. in ihrer aktuellen Fassung, wenn dies für den Teilnehmer vorteilhafter ist.

Abweichende Bedingungen erkennt der Veranstalter nicht an, es sei denn, der Veranstalter hat ausdrücklich schriftlich ihrer Geltung zugestimmt.

Zeitnahme:

tollense-timing GmbH & Co. KG. Zur Erfassung der Zeiten wird ein Transponder der Firma RaceResult verwendet. Er ist nach Maßgabe des Veranstalters zu tragen, um eine korrekte Zeitmessung sicherzustellen. Andere Transponder-Systeme können nicht berücksichtigt werden. Bei Nichtrückgabe oder Verlust eines geliehenen Transponders wird eine Gebühr von 100,- EURO erhoben.

Teilnahme:

Es kann nur teilnehmen, wer im Besitz
a) einer Triathlon Lizenz seines nationalen Triathlon-Verbandes oder
b) einer Tageslizenz ist.

Eine Tageslizenz kann für 30,- EURO mit der Anmeldung beantragt werden. Einzelstarter sind startberechtigt mit Vollendung des 18. Lebensjahres des Wettkampftages.

Das Mindestalter für die Teilnahme am Staffeltwettbewerb ist fürs Schwimmen 16 Jahre, Radfahren 18 Jahre und Laufen 18 Jahre. Für Staffelmeldungen sind keine Triathlon Lizenzen oder Tageslizenzen erforderlich.

Meldeschluss:

01. Mai 2022 oder bei Erreichen des Teilnehmerlimits. (Nachmeldungen sind nicht möglich)

Startgeld des Viking Triathlon Schleswig

Einzelstarter:
160 € bis einschl. zum 25.08.2021
180 € ab 26.08.2021 bis einschl. zum 31.12.2021
200 € ab dem 01.01.2022

Staffelstarter:

180 € bis einschl. zum 25.08.2021
210 € ab 26.08.2021 bis einschl. zum 31.12.2021
240 € ab dem 01.01.2022
Für die Anti-Dopingabgabe beinhaltet das Startgeld 1 € pro Teilnehmer.

Sonderkosten:

a) Tageslizenz 30,- EURO.

b) Änderungen: bei Änderungen der Anmeldungen werden pauschal 5,- EURO Verwaltungskosten pro Vorgang berechnet. Nach dem Meldeschluss (01. Mai 2022) werden pauschal 30,- EURO Verwaltungskosten pro Vorgang berechnet.

Alle Preise verstehen sich inkl. gültiger Mehrwertsteuer, Lizenz- und Verbandsabgaben. Bankspesen gehen zu Lasten des Teilnehmers. Schecks ausländischer Teilnehmer müssen auf eine deutsche Bank bezogen sein. Überweisung nur in EURO.

Die Serviceleistungen wie Meldewesen, Zeitmessung und umfangreiche Verpflegung während und nach dem Wettkampf, Massage, Absperrmaßnahmen, Event Shirt, Medaille, ärztl. Betreuung, Sicherheitsdienst, Online - Urkunde, Online - Ergebnislisten usw. sind in der Anmeldegebühr enthalten.

Rücktrittsrecht:

Bis zum 01. April 2022 besteht für die gemeldeten Teilnehmer ein Rücktrittsrecht, wobei die eingezahlte Anmeldegebühr unter Abzug einer Verwaltungsgebühr von 40,- EURO erstattet wird. Ausländische Teilnehmer werden gebeten, mit der Absage die IBAN und BIC/SWIFT Nr. anzugeben. Nachdem 01. April 2022 erfolgt keine Erstattung mehr. Ein Teilnehmertausch ist nur bis 01. Mai 2022 direkt über Tollensee Timing GmbH & Co. KG möglich.

Sollte die Veranstaltung durch pandemiebedingte Maßnahmen abgesagt werden müssen, auch nach dem 01. April 2022, wird dem Teilnehmer sein Startgeld unter Abzug der Verwaltungsgebühr zurückerstattet. Diese Verwaltungsgebühr muss einbehalten werden, um bereits geleistete Zahlungen (z.B. Medaillen, Startnummern, Finisher-Geschenke etc.) finanzieren zu können. Darüber hinaus werden den Athleten situative Maßnahmen angeboten, welche zum aktuellen Zeitpunkt aber noch nicht weiter definiert werden können.

Altersklassen Einzelwettbewerb Mitteldistanz:

Einzelstarter gemäß DTU; Mindestalter 18 Jahre, ab Jahrgang 2004

TM/TW 18	18-19 Jahre
TM/TW 20	20-24 Jahre
TM/TW 25	25-29 Jahre
TM/TW 30	30-34 Jahre
TM/TW 35	35-39 Jahre
TM/TW 40	40-44 Jahre
TM/TW 45	45-49 Jahre
TM/TW 50	50-54 Jahre
TM/TW 55	55-59 Jahre
TM/TW 60	60-64 Jahre
TM/TW 65	65-69 Jahre
TM/TW 75	75 und älter

Landesmeisterschaft Mitteldistanz:

In den Altersklassen m/w Einzelstarter werden die Landesmeisterschaften 2022 ausgetragen.

Staffelwertung:

Jede Staffel besteht aus einem Schwimmer, einem Radfahrer und einem Läufer. Es können auch zwei Disziplinen von einem Teilnehmer absolviert werden. Es werden Damen-, Männer- und Mixedstaffeln zugelassen. Für den Staffeltwettbewerb erfolgt keine Altersklassenwertung. Gewertet werden jeweils die ersten drei Staffeln.

Sonderwertungen:

Firmenwertung Staffeln (Gesamtwertung) Platz 1 bis 3.

Auszeichnungen:

Jeder Teilnehmer, der innerhalb der Gesamtzeit von 8 Std. den Wettkampf im Ziel beendet, erhält die offizielle Medaille.

Urkunden und Ergebnislisten werden nach Zielschluss ins Internet unter www.viking-triathlon.de eingestellt und können heruntergeladen und ausgedruckt werden.

» FAQ – HÄUFIG GESTELLTE FRAGEN

Was mache ich, wenn ich zur Anmeldung noch keinen Startpass habe?

Wenn du aktuell noch keinen Startpass besitzt, dieser aber zum Zeitpunkt des Wettkampfes vorliegen wird, kannst du bei der Anmeldung ankreuzen, dass du bereits im Besitz eines Startpasses bist. Wenn du am Vortag der Veranstaltung deine Startunterlagen abholst, ersetzen wir die provisorische Nummer mit deiner dann aktuellen Startpassnummer. Solltest du dann doch keinen Startpass besitzen, müssen die 30 € für die Tageslizenz nachgezahlt werden.

Wo erhalte ich meine Startunterlagen?

Die Startunterlagen können am Freitag, den 24. Juni in der Zeit zwischen 14:00 und 19:00 Uhr in der Mensa der Domschule abgeholt werden. Bitte haltet euren Startpass sowie einen Ausweis zur Legitimation bereit. Um den Prozess zu beschleunigen, nennt bitte eure Startnummer.

Wann kann ich mein Fahrrad einchecken?

Der Check-in findet in der Zeit von 15:00 bis 20:00 Uhr auf dem Sportplatz der Domschule statt. Um das Rad in der Wechselzone platzieren zu können, müssen vorab die Startunterlagen abgeholt werden. Zusätzlich muss das Fahrrad den Anforderungen der DTU entsprechen sowie alle Aufkleber aus den Startunterlagen an Rad und Helm befestigt worden sein. Bitte setze deinen Helm beim Check-in auf und behalte ihn auf, bis das Rad an seinem vorgesehenen Platz abgestellt wurde.

Ab wann kann ich mein Fahrrad auschecken?

Der Check-out findet in der Zeit zwischen 16:00 und 20:00 Uhr statt. Für den Check-out wird die Startnummer benötigt. Die Wechselzone wird bis 20:00 Uhr durch Ordner bewacht. Anschließend kann für keine Sicherheit mehr garantiert werden.

Muss ich mit Neoprenanzug schwimmen?

Die Sportordnung der DTU bestimmt bei wie viel Grad Wassertemperatur mit einem Neopren geschwommen werden muss oder nicht. Es gilt:

- 14-15,9 Grad: Neopren muss getragen werden
- 16-24,5 Grad: Neopren kann getragen werden
- über 24,6 Grad: Neopren-Verbot

Was muss alles in der Wechselzone platziert werden – Was darf noch am Samstag nachträglich abgelegt werden?

Am Freitag muss das Fahrrad inkl. des Helms in der Wechselzone platziert werden. Alle weiteren Utensilien wie z.B. Rad- und Laufschuhe dürfen noch am Samstagfrüh in der Wechselzone positioniert werden. An jedem Fahrradplatz befindet sich eine Kiste, in der die Utensilien nach dem Wechseln liegen müssen. Vor dem Wechsel können diese auch vor der Kiste bzw. dem Fahrrad positioniert werden.

Wie verhalte ich mich in der neutralisierten Zone?

Im Bereich der neutralisierten Zone kommt es auf ca. 50 Metern zu einer Straßenverengung, so dass ein Überholvorgang hier nicht möglich ist. Es darf nicht überholt werden und die Geschwindigkeit ist zu reduzieren. Sollte dies missachtet werden, folgt die Disqualifikation durch einen Kampfrichter.

Wo kann ich in Schleswig parken?

Innerhalb Schleswigs wird explizit auf acht Parkplätze verwiesen. Diese können online auf unserer Homepage eingesehen werden. Es handelt sich um öffentlich ausgeschilderte Parkflächen. Bei ausgewählten Parkflächen können zeitliche Beschränkungen vorliegen oder Gebühren anfallen. Informationen diesbezüglich können auf der Homepage eingesehen werden.

Wie funktioniert das Athleten-Armband?

Das Athleten-Armband muss permanent getragen werden und dient zur Identifikation. Staffelteilnehmer müssen je nach Disziplin den jeweiligen Anteil abschneiden:

- Schwimmer schneidet „Rad“ und „Laufen“ ab.
- Radfahrer schneidet „Laufen“ ab.
- Läufer schneidet nichts ab.

Ohne das Armband kann die Wechselzone oder der After-Race-Bereich nicht betreten werden.

Welche Besonderheiten gelten für Staffeln?

Während des Check-in am Freitag sowie am Morgen vor dem Wettkampf dürfen alle Teilnehmer in die Wechselzone. Zum Start dürfen sich nur noch die Radfahrer an den Rädern befinden (Wechsel findet am Rad statt). Anschließend muss der Schwimmer die Wechselzone verlassen und kann sich bis 12:00 Uhr im After-Race-Bereich verpflegen. Ab 12:00 Uhr darf sich der Läufer in der Wechselzone aufhalten. Der Radfahrer kann sich nach dem Wechsel bis 16:00 Uhr im After-Race-Bereich verpflegen. Für den Läufer besteht keine zeitliche Einschränkung.

Was passiert, wenn ich im Ziel bin?

Im Anschluss an den Zieleinlauf, kannst du dich im After-Race-Bereich verpflegen. Zusätzlich besteht hier die Möglichkeit sich massieren zu lassen. Duschen stehen in der Domschule zur Verfügung.

Wo melden sich die Helfer zum Dienst?

Alle Informationen zu deinem Einsatz als Helfer beim Viking-Triathlon erhältst du vorab per Mail. Am Freitag und Samstag kannst du deine Unterlagen sowie dein Helfer-Shirt in der Registration abholen.

Kostet die Party und das Food-Festival Eintritt?

Am Freitag und Samstagabend wird DJ Marc jeweils ab 18:00 Uhr für Partystimmung sorgen. Am Wettkampftag wird im Partyzelt auf den Königswiesen um 19:00 Uhr die Siegerehrung stattfinden. Im Anschluss kann mit Freunden und Familie ordentlich gefeiert und getanzt werden. Der Eintritt ist kostenlos. Getränke und Verpflegung können im Rahmen des Food-Festivals erworben werden.

WIR WÜNSCHEN ALLEN VIEL ERFOLG!

Hodge
Werbung & Druck

Heinrich-Hertz-Straße 24 · 24837 Schleswig

sterndruck



GmbH & Co. KG

Tel. 0 46 21 - 5 33 40

Fax 0 46 21 - 5 33 41

www.stern-druck.de

E-Mail info@stern-druck.de

gemeinsam • schlagkräftig • professionell

**Unsere
3 Disziplinen
sind:**

Layout • Werbung • Druck

Tel. 0 46 21 - 51 001

Fax 0 46 21 - 51 003

www.hodge.de

E-Mail info@hodge.de

>> IMPRESSUM

Herausgeber:

sub4 sportevents UG
(haftungsbeschränkt)
Heinrich N. Clausen Weg 33
24986 Mittelangeln
info@sub4-sportevents.de

Redaktion:

Lena Bombe, Helge Schütze

Druckerei:

Hodge Druckerei Schleswig

Gestaltung und Fotos:

Lena Bombe, Leon Schönknecht



>> HAUPTSPONSOREN



>> SPONSOREN



>> PARTNER



LAUFEN IST UNSER LEBEN

zipPel's

LÄUFERWELT

www.zippels.de



ZipPel's Sylt



ZipPel's Kiel



ZipPel's Lübeck



ZipPel's Flensburg



ZipPel's Norderstedt

Gemeinsam stark für die Region



Wir übernehmen unseren Teil der ökologischen, sozialen und gesellschaftlichen Verantwortung.

Infos und Angebote des regionalen Unternehmens finden Sie unter www.stadtwerke-sh.de.

