

Informationen zum Schul-Triathlon 2019



Trittau, den 23.05.2019

Liebe Eltern,

liebe Schülerinnen und Schüler,

am Mittwoch, den 19.06.2019 findet der diesjährige Schul-Triathlon für alle Schülerinnen und Schüler¹ des Gymnasium Trittau statt.

Die Strecken (200m Schwimmen, ca. 4km Radfahren und ca. 1km Laufen) werden am Wettkampftag durch Helfer und Markierungen klar gekennzeichnet sein (die Staffelläufer werden ca. 2km laufen). Alle Schüler entscheiden vorab im Sportunterricht, ob sie den gesamten Triathlon absolvieren, oder einzelne Disziplinen als Staffel bewältigen (einer schwimmt, einer fährt Fahrrad, einer läuft).

Dank der Hilfe des Vereins der Freunde (VdF) und Famila wird ein Verpflegungsstand (Obst, Müsliriegel, Wasser) auf dem Parkplatz vor dem Schwimmbad vorhanden sein.

In der Anlage sind der Ablaufplan, die Streckenführung und die Zeitenfolge der einzelnen Klassen.

Wir freuen uns auf spannende und faire Wettkämpfe!

Die Fachschaft Sport

(Alexander Meyer-Diekema)

¹Im Folgenden als Schüler bezeichnet.

Ablaufplan Triathlon

1. Fahrrad in der Wechselzone auf den entsprechenden Parkplatz stellen (Einzel wie Staffel)
2. Vorstart (Klasse meldet sich geschlossen bei der Wettkampfleitung an)
3. Einzelstarter: - Wechselkleidung in die Wechselzone legen
- startfertig machen

Staffelschwimmer: startfertig machen

Staffelradfahrer: an den Ausgang Schwimmbad stellen und auf das Abschlagen des Schwimmers warten

Staffelläufer: an der Kirche vorbei zum Parkplatz an der Hirschbrücke gehen und dort am Ende des Parkplatzes auf den Radfahrer warten

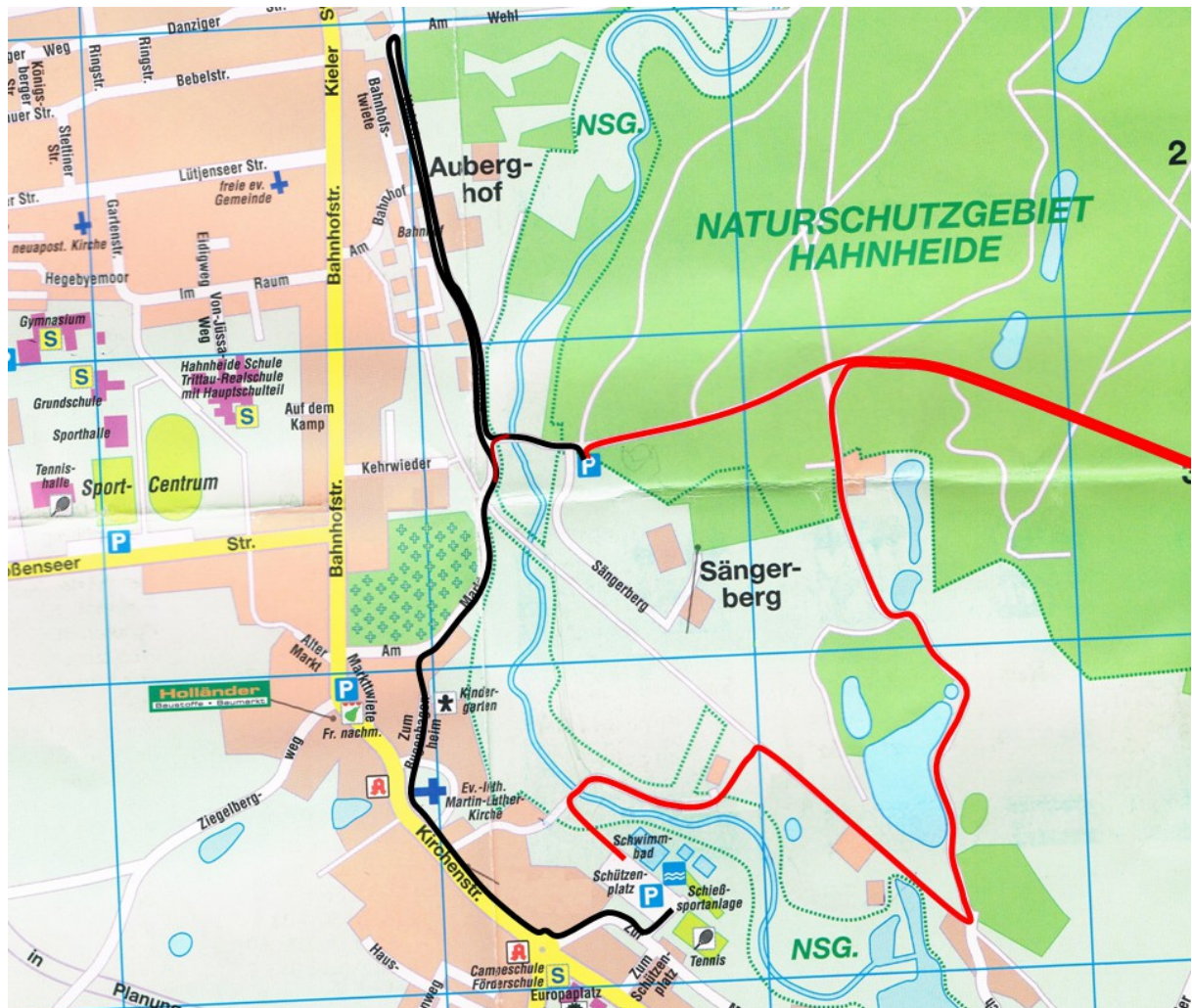
4. Wettkampfablauf

- (1) Start Schwimmen aus dem Wasser (kein Startsprung, 4 Bahnen = 200m)
- (2) Einzelstart: Aus dem Wasser zur Umziehzone (Aufgang zum Schwimmbadtor) laufen, dort entweder nur Hose und Hemd überziehen oder umziehen (mit Handtuch)
Staffelstart: zum Tor Schwimmbad laufen und den Radfahrer abschlagen
- (3) zur Wechselzone „Fahrrad“ laufen, Fahrrad nehmen und bis zum Bahndamm schieben (Erst hinter der ersten Kurve darf aufgestiegen werden, wegen Unfallgefahr)
- (4) Entsprechend der Straßenverkehrsordnung entlang der postierten und markierten Strecke bis zum Parkplatz Hirschbrücke fahren
- (5) Fahrrad entsprechend den Anweisungen der Helfer des Q-Jahrgangs abstellen
- (6) Einzel: auf der Strecke auf direktem Weg zum Ziel beim Schwimmbad laufen
Staffel: den Staffelläufer am Ende des Parkplatzes abschlagen
- (7) Einzel: läuft bereits (s.o.)
Staffel: vor dem Bahndamm rechts abbiegen und am Ende der ca. 500m langen Strecke um das Hütchen laufen und sich abstempeln lassen (ohne Stempel kann die Staffel nicht gewertet werden), dann wieder zurück laufen und wie die Einzelstarter auf direktem Weg zum Ziel beim Schwimmbad laufen
- (8) Im Ziel die zugerufene Zeit merken und dann vergewissern, dass die richtige Zeit in der Liste notiert wird

5. Nach dem Wettkampf:

- (1) Einzel: Fahrrad vom Parkplatz abholen, dabei an der Kirche vorbei zurückgehen. Die Laufstrecke ist gesperrt!
Staffel: Der Fahrradfahrer fährt entsprechend der Straßenverkehrsordnung zum Schwimmbad (an der Kirche vorbei!)
- (2) die Klasse trifft sich beim Klassenlehrer (vorher Treffpunkt ausmachen: sinnvoll ist der Parkplatz beim Schwimmbad)
- (3) den Anweisungen des betreuenden Lehrers folgen

Streckenplan



Laufstrecken: Einzelläufer vom Parkplatz relativ direkt zum Schwimmbad (ca. 1km), Staffelläufer eine Schleife über die Waldstraße (schwarze Linie, oberer Teil) bis zum Schwimmbad (ca.2km)

Radstrecke: vom Schwimmbad durch die Hahnheide zum Parkplatz oberhalb der Hirschbrücke (ca. 5km) (rote Linie)

Schwimmen: im Schwimmbad (200m = 4 Bahnen)

Zeitplan Triathlon

Klasse	Vorstartzeit	Startzeit	voraussichtliche Endzeit
E1a	07:45	08:15	09:15
E1b	07:53	08:23	09:23
E1c	08:01	08:31	09:31
E1d	08:09	08:39	09:39
Q1d	08:17	08:47	09:47
5a	08:25	08:55	09:55
5b	08:33	09:03	10:03
5c	08:41	09:11	10:11
5d	08:49	09:19	10:19
6a	08:57	09:27	10:27
6b	09:05	09:35	10:35
6c	09:13	09:43	10:43
6d	09:21	09:51	10:51
6e	09:29	09:59	10:59
7a	09:37	10:07	11:07
7b	09:45	10:15	11:15
7c	09:53	10:23	11:23
7d	10:01	10:31	11:31
7e	10:09	10:39	11:39
8a	10:17	10:47	11:47
8b	10:25	10:55	11:55
8c	10:33	11:03	12:03
8d	10:41	11:11	12:11
9a	10:49	11:19	12:19
9b	10:57	11:27	12:27
9c	11:05	11:35	12:35
9d	11:13	11:43	12:43
9e	11:21	11:51	12:51