

Ausschreibung für den 12. Friesathlon am Sonntag, dem 30.06.2019

Liebe Freundinnen und Freunde,
Wir freuen uns, bereits den 12. Friesathlon durchführen zu können und begrüßen euch im Vorfeld ganz herzlich.

Bitte lest diese Ausschreibung aufmerksam durch, damit ihr und eure Begleitpersonen euch gut informiert fühlen könnt.

Der Friesathlon ist ein Fun-Triathlon über die Distanzen ca. 11 km Rad, 500m Schwimmen und ca. 8 km Lauf. Start und Ziel befinden sich am Freibad Friesdorf, Margaretenstr. 14, 53175 Bonn. Veranstalter ist der FreibadFreundeFriesdorf e.V., vertreten durch das Friesathlon-Orga-Team. Im Internet sind wir unter www.friesathlon.de zu finden.

12. Friesathlon

30. Juni 2019



Anmeldung:

Die Anmeldung erfolgt ausschließlich online unter www.friesathlon.de

Eine aktuelle Starterliste wird ab 23.06.2019 auf der Homepage angezeigt. Ein Erreichen der maximalen Teilnehmeranzahl wird auf der Homepage bekannt gegeben.

Leistungen:

- Profi-Zeitnahme mit Urkunde durch Firma Kram (www.ergebnisliste.de). Die Zeitnahme erfolgt manuell, es werden keine Transponder benötigt.
- Optional: Funktionsshirt mit **neu** gestaltetem Logo zum Selbstkostenpreis von 9,-€
- **Neu:** Finisher-Medaille am Ziel
- Sachpreise für die Erst- bis Drittplatzierten der jeweiligen Klassen.
- Starterbeutel und Verpflegung auf der Strecke und im Ziel.
- Trainingstermine an den vier Sonntagen vor dem Wettkampf, jeweils 10:00 am Friesdorfer Schwimmbad, Infos auf unserer Homepage
- Auf der Homepage befinden sich Infos zur Strecke, sowie ein Luftbild zum Ablauf am Freibad.
- Info-Point vor dem Schwimmbadeingang mit Einweisung in die Wechselzone und den Start-Zielbereich
- Bitte beachtet die Informationen der Moderation am Wettkampftag

Zeiten:

Sa., 29.06.2019 von 16:00 – 19:00 Abholung der Starterbeutel am Friesi

So., 30.06.2019 von 07:00 – 08:45 Check-In mit Kennzeichnung der Schwimmer mit Faserstiften vor dem Start. Danach kann keine Anmeldung/Check-In mehr erfolgen.

Kosten:

Einzel 15,- (+9,- für T-Shirt) / Staffel: 22,- (+ jeweils 9,- per T-Shirt) / Jugend-Duathlon: 5,- (inkl. T-Shirt) / Bambini: kostenlos. Bei Anmeldung und Bezahlung bis 17.05.2019 können optional T-Shirts bestellt werden.

Bankverbindung für die Anmeldung:

Die Zahlung erfolgt bitte an diese Bankverbindung:

Empfänger: Freibad Freunde Friesdorf e.V.

IBAN: DE05 3816 0220 4401 6440 38

Verw.zweck: Friesathlon 2019, Teilnehmername/Staffelname

Friesathlon Einzel/Staffel:

Alter: ab 18 Jahren, Jahrgänge 2001-2003 unter 18 Jahren mit Einverständniserklärung eines Erziehungsberechtigten, die beim Check-In durch den Erziehungsberechtigten zusammen mit dem Personalausweis vorgelegt werden muss. 18-jährige Teilnehmer aus dem Jahrgang 2001 müssen die Volljährigkeit beim Check-In nachweisen. Eine Staffel muss aus drei Personen bestehen.

Start:

ab 09:00 Uhr (genaue Startzeiten ab 20.06.2019 auf unserer Homepage)

Disziplinen:

1. Radfahren, ca. 11 km

Begonnen wird mit dem Radfahren: vom Schwimmbad Friesi über die „Annaberger Straße“ in die Straße „In der Kumme“, in den „Erlengrund“, dann in den „Promenadenweg“, von da dann auf einen Schotterweg, dem „Pionierweg“ den Berg hoch bis zur Schutzhütte. An der Schutzhütte geht es rechts, dann dreimal links (Rheinhöhenweg, Kluttenweg, Vennerstrasse) zurück zur Schutzhütte und dann wieder zurück zum Schwimmbad. An der Absteigelinie muss unbedingt abgestiegen und das Rad durch die Wechselzone geschoben werden.

Es besteht Helmpflicht, das Fahrrad muss technisch einwandfrei und verkehrssicher sein.

ACHTUNG: Die Radstrecke im Wald ist durch Rollsplitt, Auswaschungen und enge Kurven gefährlich und wird je nach Witterung schwierig zu befahren sein. Wir empfehlen die Benutzung von MTB oder normalen Straßenfahrrädern.

2. Schwimmen, 500m

Wieder im Schwimmbad angekommen, begeben sich die Staffelradler in ihre zugewiesene Wechselzone, um dort mit dem Staffelschwimmer abzuklatschen. Einzelstarter bringen ihr Rad in ihre Wechselzone und kleiden sich auch dort um. Bitte nicht im Gehbereich des Bades umziehen!

Der rechte Weg führt für alle Schwimmer durch die Passagedusche (aus hygienischen Gründen notwendig, soviel Zeit muss sein!). Nach Verlassen der Dusche teilt euch ein Einweiser eine der Schwimmbahnen 1-3 zu. Es wird in Doppelbahnen, rechts hin und links zurück geschwommen. Haltet bitte genügend Abstand und überholt nur, wenn andere Teilnehmer nicht behindert oder verletzt werden (Disqualifikationsgrund). Im Becken müssen 20 Bahnen absolviert werden. Es wird mehrere Bahnenzähler geben, die eure Startnummern notieren und euch sagen, wann ihr das Becken verlassen könnt. Den Anweisungen ist Folge zu leisten.

Im Anschluss verlassen die Schwimmer das Becken und begeben sich zur Wechselzone. Staffelstarter klatschen dort mit ihrem Läufer ab, Einzelstarter laufen von hier auf die Laufstrecke.

3. Laufen, ca. 8 km

Mit einer kleinen Ausnahme kennt ihr die Strecke schon: vom Schwimmbad Friesi über die „Annaberger Straße“ in die Straße „In der Kumme“, kurz vorm „Erlengrund“ am blauen Haus rechts auf einen Schotterpfad zur „Pfarrer-Merck Straße“ in den „Promenadenweg“, von da dann auf einen Schotterweg, den „Pionierweg“ den Berg hoch bis zur Schutzhütte, hier wird gewendet und es geht zurück. Der Weg ins Ziel im Schwimmbad führt erneut durch den Seiteneingang, nur geht es diesmal links zum Zielbogen.

UND DANN? Dann hast Du es geschafft und bist ein Friesathlet, bzw. eine Friesathletin. Feiere mit uns im Zielbereich mit Getränken, Obst und Sonstigem. Geh duschen und mach Dich frisch für die Siegerehrung. Lass den Tag mit Familie, Freunden und Bekannten im Bad ausklingen.

Jugend-Duathlon:

Jahrgänge 2004 bis 2009 mit Einverständniserklärung eines Erziehungsberechtigten, die beim Check-In durch den Erziehungsberechtigten zusammen mit dem Personalausweis vorgelegt werden muss.

Start:

Wird auf der Homepage bekannt gegeben

Disziplinen:

1. Laufen, ca. 3 km

Von der Startlinie vor dem Schwimmbad Friesi über die „Annaberger Straße“ in die Straße „In der Kuppe“, kurz vorm „Erlengrund“ am blauen Haus rechts auf einen Schotterpfad zur „Pfarrer-Merck Straße“ und in den „Promenadenweg“, an der „Südkurve“ wird gewendet und es geht zurück.

2. Schwimmen, 300m

Wieder im Schwimmbad angekommen, begeben sich die Duathleten in die Wechselzone und kleiden sich dort um. Bitte nicht im Gehbereich des Bades umziehen!

Der rechte Weg führt für alle Schwimmer durch die Passagedusche (aus hygienischen Gründen notwendig, soviel Zeit muss sein!). Nach Verlassen der Dusche teilt euch ein Einweiser eine der Schwimmbahnen 1-3 zu. Es wird in Doppelbahnen, rechts hin und links zurück geschwommen. Haltet bitte genügend Abstand und überholt nur, wenn andere Teilnehmer nicht behindert oder verletzt werden (Disqualifikationsgrund). Im Becken müssen 12 Bahnen absolviert werden. Es wird mehrere Bahnenzähler geben, die eure Startnummern notieren und euch sagen, wann ihr das Becken verlassen könnt. Den Anweisungen ist Folge zu leisten.

Im Anschluss verlassen die Schwimmer das Becken und laufen rechts am Brunnen vorbei direkt zum Zielbogen durchs Ziel.

UND DANN?

Dann hast Du es geschafft und bist ein Duathlet, bzw. eine Duathletin. Feiere mit uns im Zielbereich mit Getränken, Obst und Sonstigem. Geh duschen und mach Dich frisch für die Siegerehrung. Lass den Tag mit Familie, Freunden und Bekannten im Bad ausklingen.

Bambini Friesathlon:

Start/Ziel am 30.06.2019 ab 11.00 Uhr vor dem Rettungsboot im Friesi

Teilnahmevoraussetzungen:

Jahrgänge 2010 bis 2013 – Voraussetzung ist ein Schwimmabzeichen (z.B. Seepferdchen) und die Begleitung eines Erziehungsberechtigten nach Abgabe einer Einverständniserklärung und Haftungsausschluss beim Check-In. Anmeldung online unter www.friesathlon.de oder bei noch freien Plätzen am Veranstaltungstag bis 10.45 Uhr am Bambini-Check-In.

Die Teilnahme ist kostenlos (Sparschwein des „FFF“ freut sich wenn es gefüttert wird). Jedes teilnehmende Kind erhält eine Urkunde direkt nach dem Zieleinlauf. Der Parcours für den Bambini Lauf befindet sich im Bad und besteht aus einer kurzen Schwimmstrecke im Nichtschwimmerbecken, einer kurzen Laufstrecke auf der Liegewiese und einer Geschicklichkeitsaufgabe vor dem Ziel.

Bleiben Sie bitte mit Ihrem Kind bis zur Siegerehrung im Bad, da eine kurze Ehrung der jüngsten Teilnehmer geplant ist.

Viel Spaß wünscht Euch das Friesathlon-Orga-Team

ACHTUNG

Die Wegführung wird durch Richtungsschilder markiert und wie im letzten Jahr werden Gefahrenhinweise angebracht, denen ebenso Achtung zu schenken ist wie den Anweisungen der Posten und der Streckenorganisation. Zuwiderhandlung kann zur Disqualifikation führen (auch nachträglich)! Auf der Strecke gelten auch während des Wettkampfes überall die Regeln der Straßenverkehrsordnung (auch wenn abgesperrt und gesichert ist). Fahrt, schwimmt und läuft vorausschauend, haltet euch rechts und überholt nur, wenn ihr den Platz habt und andere Teilnehmer nicht behindert werden.

Der Veranstalter übernimmt für Unfälle, Diebstahl und sonstige Schäden keinerlei Haftung und haftet nur im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen. Sollte die Veranstaltung aus witterungsbedingten Gründen abgesagt werden, besteht kein Recht auf Rückerstattung der Teilnahmegebühren.

Die im Zusammenhang mit der Teilnahme an der Veranstaltung gemachten Fotos, Filmaufnahmen und Interviews der Teilnehmer in Rundfunk, Fernsehen, Printmedien, Büchern, fotomechanischen Vervielfältigungen (Filme, Videokassette etc.) können vom Veranstalter ohne Anspruch auf Vergütung verbreitet und veröffentlicht werden.

Die Teilnehmer erklären mit Abgabe der Anmeldung, dass sie gesund, die entsprechenden Fähigkeiten und ausreichenden Trainingszustand haben. Sie bestätigen ausdrücklich die Richtigkeit aller von ihnen angegebenen Daten und versichern, ihre Startnummer an keine andere Person weiterzugeben. Sie versichern, dass ihr angegebenes Geburtsdatum richtig ist.

Hinweis Datenschutzgesetz: Ihre Daten werden maschinell gespeichert. Mit der Anmeldung wird die Datenspeicherung und Verwendung im Rahmen der Veranstaltungsdurchführung und die auf der Homepage einsehbare Datenschutzerklärung akzeptiert.

