

# Regionalliga Nord

## 15. SCI Triathlon

### Enduro Rennen



#### SCI Triathlon

#### Allgemeine Informationen

Erstmals findet ein Rennen im Enduro Format für die Regionalliga statt. Der Start erfolgt in mehreren Startgruppen und auf der Radstrecke gibt es ein Windschattenverbot. Alle weiteren Infos unter [www.sci-triathlon.de](http://www.sci-triathlon.de)



#### Das Rennen

#### Ablauf Rennen

Es werden zwei Triathlonrennen "non stop" absolviert: 400 m Schwimmen - 10km Rad - 2,5km Laufen - 400m Schwimmen - 10km Rad - 2,5km Laufen - Ziel. Nach den ersten drei Disziplinen geht es erneut in die Wechselzone und es folgt der zweite Triathlon. Der Schwimmstart beim "zweiten Triathlon" erfolgt von der Seite der Wechselzone



#### Startreihenfolge

#### Startzeiten

Die 17 Männerteams starten in fünf Startgruppen ab 12:15 Uhr alle zwei Minuten. Die 10 Frauentteams ab 12:30 Uhr in zwei Startgruppen mit einem Abstand von zwei Minuten.



#### Meldung

#### Startreihenfolge

Die Anmeldung erfolgt über die Teamleitung. Männer: Starter 1 erste Startgruppe usw. Frauen: Starterin 1&2 erste Startgruppe usw. Ihr möchtet ein Finisher Shirt? Mail an [info@sci-triathlon.de](mailto:info@sci-triathlon.de) mit den Größen. Zahlung (pro Shirt 5 Euro) vor Ort.

# Regionalliga Nord

## 15. SCI Triathlon

### Enduro Rennen - die Strecken

#### SCI Triathlon

Es erfolgt ein Wasserstart und es wird die 400m Runde geschwommen. Das zweite Schwimmen erfolgt von der Seite Schwimmausstieg/Ziel

#### SCI Triathlon

#### Radfahren

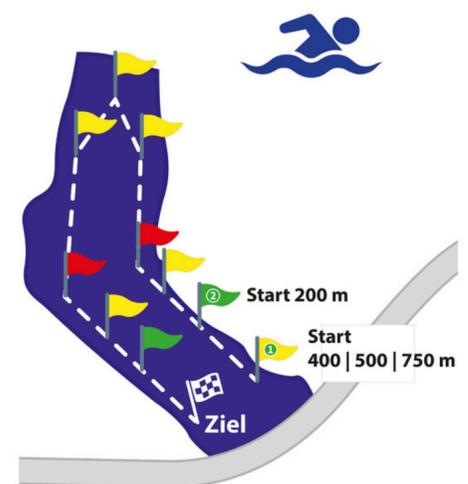


Eine Radrunde mit Wendepunkt 4 sind 10km. Auf der Radstrecke gilt Windschattenverbot.

#### SCI Triathlon

Eine Laufrunde mit Wendepunkt 4 sind 2,5km. Nach der Laufrunde geht es durch das Ziel zurück zur Wechselzone und von dort direkt auf die Schwimmstrecke.

#### Schwimmen



#### Laufen



- 1 Wendepunkt Schüler C
- 2 Wendepunkt Schüler B
- 3 Wendepunkt Team Relay
- 4 Wendepunkt Volks-/Sprintdistanz Schüler A, Jugend B

Triathlon  
Sport-Club Itzehoe