

# Wettkampfbesprechung

DATAGROUP Triathlon Nürnberg 2025



# Zeitplan

## Samstag, 9. August 2025

15:00 Uhr	bis 19:00 Uhr	Startunterlagenausgabe	Wöhrder Wiese, Höhe Norikerparkplatz
15:00 Uhr	bis 19:00 Uhr	Expo	Wöhrder Wiese, Höhe Norikerparkplatz

## Sonntag, 10. August 2025

07:30 Uhr	bis 08:30 Uhr	Startunterlagenausgabe (Kurzdistanz)	Wöhrder Wiese, Höhe Norikerparkplatz
	Bis 09:50 Uhr	Startunterlagenausgabe (Para Cup)	Wöhrder Wiese, Höhe Norikerparkplatz
	Bis 10:10 Uhr	Startunterlagenausgabe (SUZUKI Sprintdistanz)	Wöhrder Wiese, Höhe Norikerparkplatz
	Bis 11:00 Uhr	Startunterlagenausgabe (2. Liga)	Wöhrder Wiese, Höhe Norikerparkplatz
07:45 Uhr	bis 09:00 Uhr	Check-In Wechselzone (Kurzdistanz)	Norikerparkplatz
	Bis 08:50 Uhr	Abgabe der After Race Beutel der (Kurzdistanz)	Zielbereich
07:45 Uhr	bis 10:00 Uhr	Check-In Wechselzone (Para-Cup)	Norikerparkplatz
	Bis 10:10 Uhr	Abgabe der After Race Beutel (Para-Cup)	Zielbereich
09.15 Uhr	Bis 10:30 Uhr	Check-In Wechselzone (SUZUKI Sprintdistanz)	Norikerparkplatz
	Bis 10:30 Uhr	Abgabe der After Race Beutel (SUZUKI Sprintdistanz)	Zielbereich
09:00 Uhr	bis 15:00 Uhr	Expo	Wöhrder Wiese, Höhe Norikerparkplatz
<b>09:10 Uhr</b>	<b>bis 09:17 Uhr</b>	<b>Startschuss Kurzdistanz AK – Einzel + Staffel</b>	Wöhrder See
<b>10:15 Uhr</b>		<b>Startschuss Para-Cup Sprintdistanz</b>	Wöhrder See
<b>10:45 Uhr</b>	<b>bis 10:50 Uhr</b>	<b>Startschuss SUZUKI Sprintdistanz AK – Einzel + Staffel</b>	Wöhrder See
12:10 Uhr		Startschuss 2. Liga – Männer	Wöhrder See
13:30 Uhr		Startschuss 2. Liga – Frauen	Wöhrder See
<b>13:05 Uhr</b>		<b>Siegerehrung Altersklassen Rennen</b>	Bühne Wöhrder Wiese
12:30 Uhr	bis 14:30 Uhr	Check-Out Wechselzone	Norikerparkplatz

## **An- und Abreise**

Wir möchten Euch im Sinne der Nachhaltigkeit bitten, für die An- und Abreise die öffentlichen Verkehrsmittel zu nutzen.

Nächstgelegener Bahnhof: Nürnberg Dürrenhof

## **Parken**

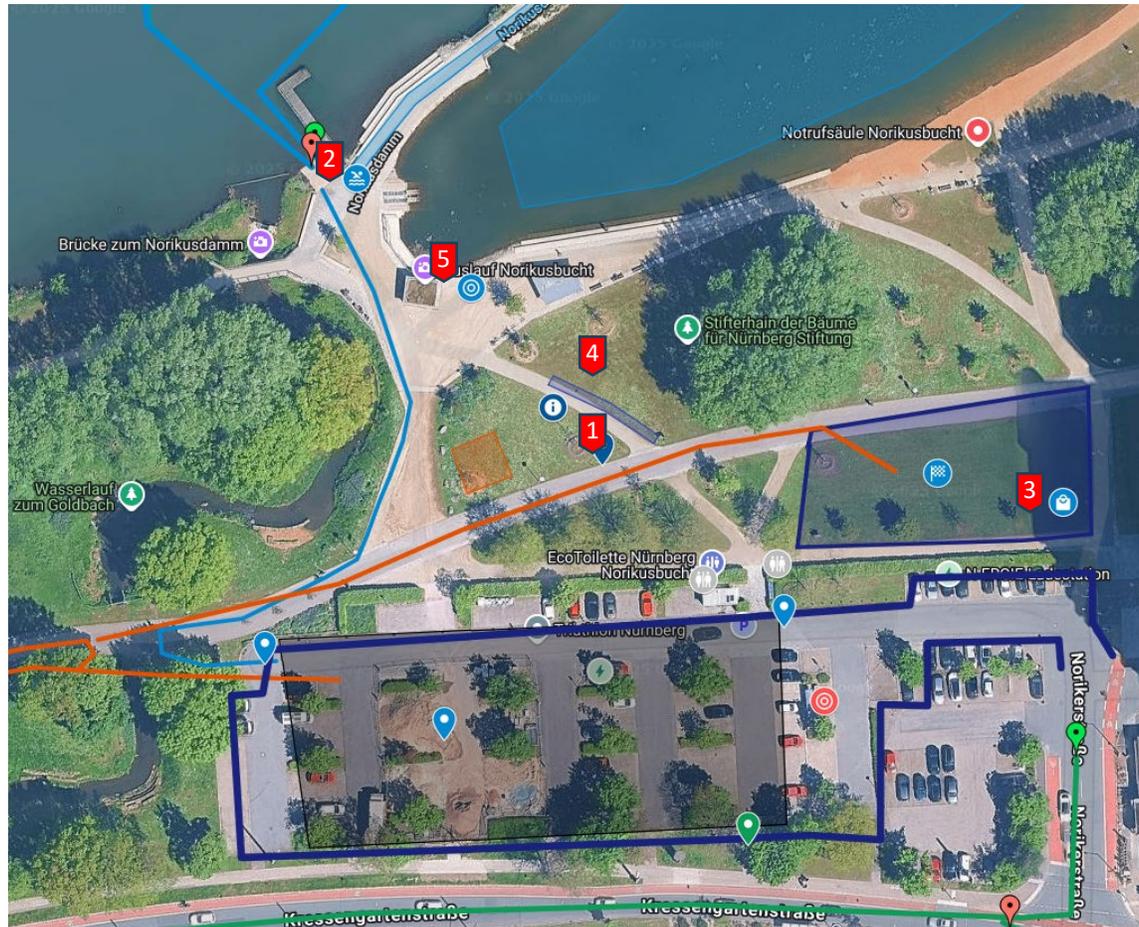
Für die Anreise mit dem Auto findest Du Parkmöglichkeiten in der Nähe bei Parkopedia:

[Wöhrder Talübergang Nürnberg Parken - Parkplatz, Parkhaus, Straßenparkplätze \(parkopedia.de\)](#)

- Empfehlung: Parkhaus am Hauptbahnhof in Nürnberg (Bahnhofspl. 5, 90443 Nürnberg; 24h geöffnet; kostenpflichtig)

# Übersichtskarte Eventgelände

Die Übersicht zum Eventgelände **mit allen wichtigen Positionen** findet ihr auf unserer Homepage unter: <https://www.nuernberg-triathlon.de/infos/wettkampfinformationen>



-  Startunterlagenausgabe/Infopoint
-  Start
-  Abgabe Nachzielbeutel
-  Expo
-  Siegerehrung

# Startunterlagenausgabe

## Mitzubringen:

- Personalausweis
- DTU-Startpass (sofern vorhanden)
- Beutel/Rucksack/Tasche  
(wenn kein Starterrucksack vorbestellt!)
- Minderjährige: [Einverständniserklärung](#)

## Du bekommst:

- Starterrucksack (wenn vorbestellt!)
- Startnummer (bitte Rückseite ausfüllen!)
- Aufkleber für Helm & Rad und Nachzielbeutel
- Zeitnahme-Chip + Band
- Badekappe
- Athletengeschenk

## Nachmeldungen:

Es sind keine Nachmeldungen mehr verfügbar. Alle Plätze sind belegt.

**Sprintdistanz: AUSVERKAUFT**

**Kurzdistanz: AUSVERKAUFT**

**Ein kurzfristiger Distanzwechsel ist vor Ort nicht mehr möglich!**

Startlisten & Startnummer:

<https://www.datasport.de/anmeldeservice/triathlonnuernberg2025/teilnehmerlisten>

**Ort:**

Wöhrder Wiese, Höhe Norikus-Parkplatz



**Hinweis: Vor Ort wird es keinen Radservice geben! Wir bitten Dich darum selbstständig für die Sicherheit und Funktionsfähigkeit Deines Rades zu sorgen.**

# Radabgabe/Check-In

- **Wichtig:** In diesem Jahr besteht in der Wechselzone freie Stellplatzwahl. Zur besseren Orientierung beim Wettkampf, merkt ihr euch die Nummer am Stellplatz.
- Nur Athleten\*innen dürfen in die Wechselzone (Ausnahme Para Cup!)
- Die Startnummer und der Zeitmesschip muss getragen werden
- Der Check-In muss persönlich von dem/der jeweiligen Starter\*in erfolgen

Zur Radabgabe mitzubringen sind:

- Fahrrad (mit Startnummer-Aufkleber)
- Fahrradhelm (mit Startnummer-Aufkleber)
- Startnummer
- Zeitmesschip
- Wechselutensilien

## Wetter

- Wir werden das Wetter am Renntag beobachten. Bei zu extremer Witterung behalten wir uns das Recht vor, jeden Teil des Rennens abzusagen, zu verändern oder zu kürzen, falls die Sicherheit für die Athleten\*innen nicht gewährleistet werden kann.

## Neoprenanzug

- Die Entscheidung, ob mit oder ohne Neopren-Anzug geschwommen werden darf, wird eine Stunde vor Rennstart offiziell bekanntgegeben.

Schwimmstrecke	Altersklasse	Wassertemperatur	Kälteschutzanzug
bis 1500m	Altersklassen bis AK (55-59)	14,0 – 15,9 °C	muss
		16,0 - 21,9°C	kann
		>= 22,0 °C	nein
Alle Distanzen	Altersklasse ab AK (60-64)	14,0 – 15,9 °C	muss
		16,0 - 24,5°C	kann
		>= 24,6 °C	nein

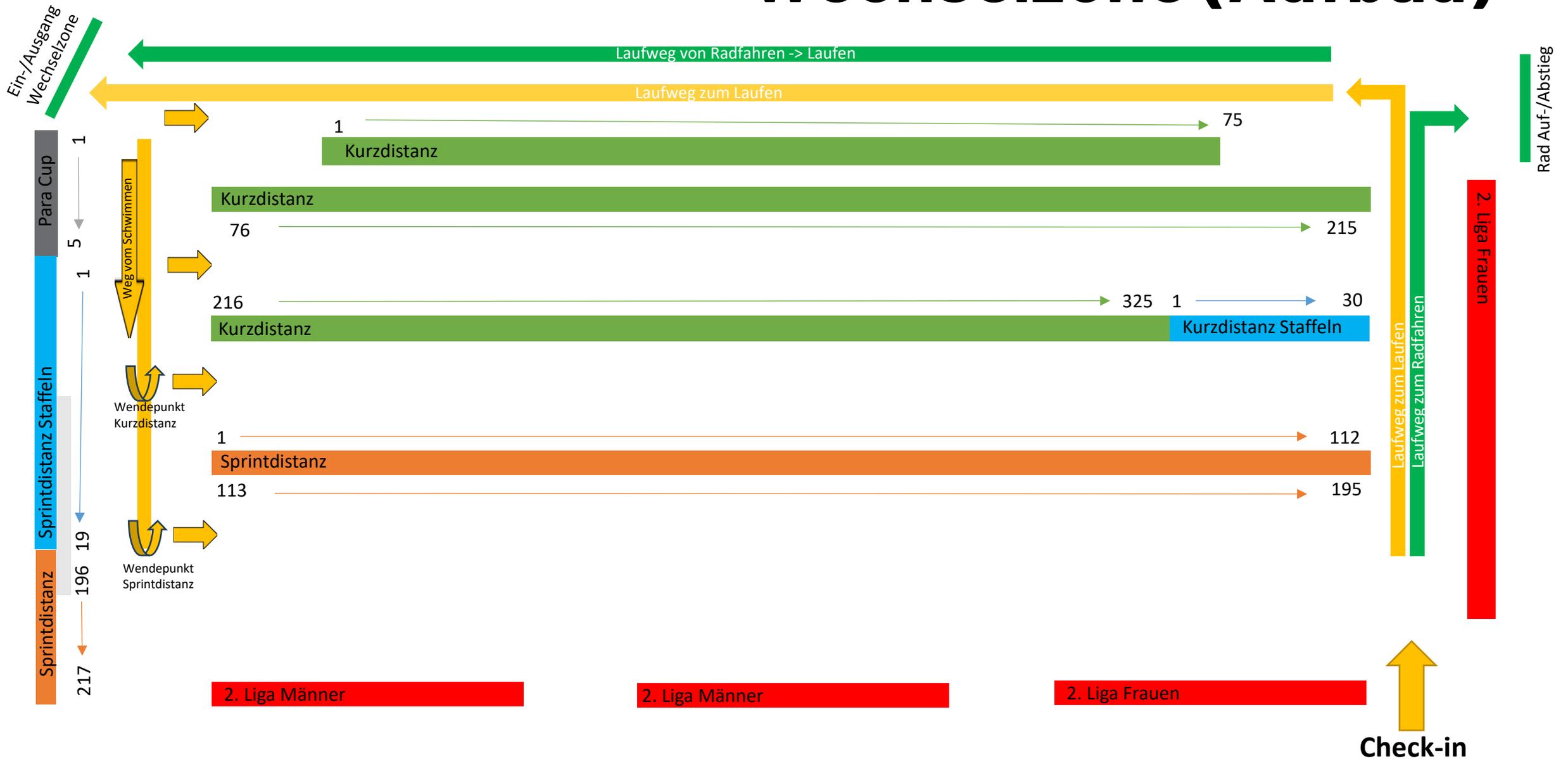
## Wechselzone offen

- Die Wechselzone ist am Renntag zu folgenden Uhrzeiten geöffnet
  - von 07:45 Uhr bis 09:00 Uhr für die Kurzdistanz
  - von 07:45 Uhr bis 10:00 Uhr für den Para Cup
  - von 07:45 Uhr bis 10:30 Uhr für die SUZUKI Sprintdistanz
- Zutritt nur für Athleten\*innen mit Zeitmess-Chip und Startnummer (Ausnahme Para Cup)
- **Achtung** nach dem Check-In kann vor dem Start die Wechselzone nicht ein zweites mal betreten werden!

## Vorbereitung

- Luftpumpen sind vorhanden
- Startnummer auf dem Rad oder in der Wechselbox lassen (Verboten während dem Schwimmen zu tragen)
- Radhelm mit geöffnetem Kinnriemen auf dem Rad oder in der Wechselbox
- Taschen sind in der Wechselzone in geeigneten Ablagebereichen und nicht am Fahrrad abzulegen
- Socken / Kompressionssocken sind beim Schwimmen nicht erlaubt. Ist das Schwimmen mit Neoprenanzug verboten, darf die Schwimmbekleidung keine Körperstellen an den Armen unterhalb der Ellbogen und unterhalb der Knie bedecken und sie darf keinen Auftrieb erzeugen.

# Wechselzone (Aufbau)





# Schwimmen

Sonntag, 13.08.2023		Distanz	Badekappenfarbe
09:10 Uhr bis 09:17 Uhr	<b>Rolling Start Kurzdistanz Einzel + Staffel</b>	1500 m	m/w bis AK 55: <span style="color: blue;">●</span> m/w AK 60 und älter: <span style="color: yellow;">●</span> Staffeln: <span style="color: orange;">●</span>
10:15 Uhr	<b>Wasserstart Para Cup</b>	500m	Para-Athlet/innen: <span style="color: green;">●</span>
Ab 10:50 Uhr bis 10:55 Uhr	<b>Rolling Start SUZUKI Sprintdistanz</b>	500 m	m/w bis AK 55: <span style="color: red;">●</span> m/w AK 60 und älter: <span style="color: yellow;">●</span> Staffeln: <span style="color: orange;">●</span>

	Bojenfarbe
Kurzdistanz	Wendeboje = orange
SUZUKI Sprintdistanz und Para Cup	Wendeboje = orange

Anmerkung: Orientierungsbojen = gelb

## **Rolling Start (Altersklassen-Rennen)**

- Der Start der Kurzdistanz und SUZUKI Sprintdistanz erfolgt als Rolling Start. Dies bedeutet, dass alle 5 Sekunden 3 Athlet/innen starten.
- Beim Schwimmstart kannst Du Dich nach Deiner persönlichen Schwimmzeit aufstellen, um so mit gleich starken Athleten/innen zu starten.
- Staffelschwimmer/innen können sich nach der persönlichen Schwimmzeit aufstellen.

**Bitte sei ehrlich zu Dir selbst und reihe Dich entsprechend Deiner realistisch geschätzten Schwimmzeit ein**

## **Wasserstart (Para Cup)**

- Der Start des Para Cups über die Sprintdistanz erfolgt als Wasserstart. Dies bedeutet, dass sich alle Athlet/innen im Wasser in einer Linie einreihen und mit dem Startschuss gleichzeitig losschwimmen.

# Schwimmen (Regeln)

- Alle Athleten/innen müssen die Zeitmessmatte beim Start passieren, um die Zeitmessung zu aktivieren.
- Athleten/innen, die über Zäune springen oder vom Ufer in den Startbereich schwimmen, werden nicht registriert und somit erfolgt keine Zeitnahme → **Disqualifikation**
- Der Start mit der Zeitmessmatte befindet sich direkt am Schwimmeinstieg  
→ Jede/r Athlet/in überquert sie automatisch wenn er ins Wasser geht
- Sollte ein/e Athlet/in die Schwimmstrecke an einer anderen Stelle verlassen, wird der Ausstieg nicht registriert und wir gehen davon aus, dass er/sie sich noch im Wasser befindet -> Rettungsaktion!

**-> Bei Aufgabe in der Wechselzone abmelden!**

## Regelverstöße

- Abkürzen 
- Unsportliches Verhalten 

## Cut-Off Zeiten

	Schwimmen
SUZUKI Sprintdistanz	0:25 Std
Para Cup	0:25 Std
Kurzdistanz	0:50 Std

# Wechsel Schwimmen → Rad

## Regelverstöße

- Ablenkung vom Wettkampfgeschehen aufgrund Nutzung technischer Geräte.
- Verrichtung der Notdurft in der Wechselzone.
- Startnummer unter dem Neopren
- Neopren unterhalb der Hüfte bevor der Wechselplatz erreicht ist
- Helm offen, nachdem das Rad aufgenommen wurde
- Radfahren in der Wechselzone



**Auf der Radstrecke muss ein Oberteil getragen werden.**

**Die Startnummer ist hinten zu tragen.**

**Die Benutzung von Ohrhörern auf der Radstrecke ist nicht zulässig.**

## Radstrecke

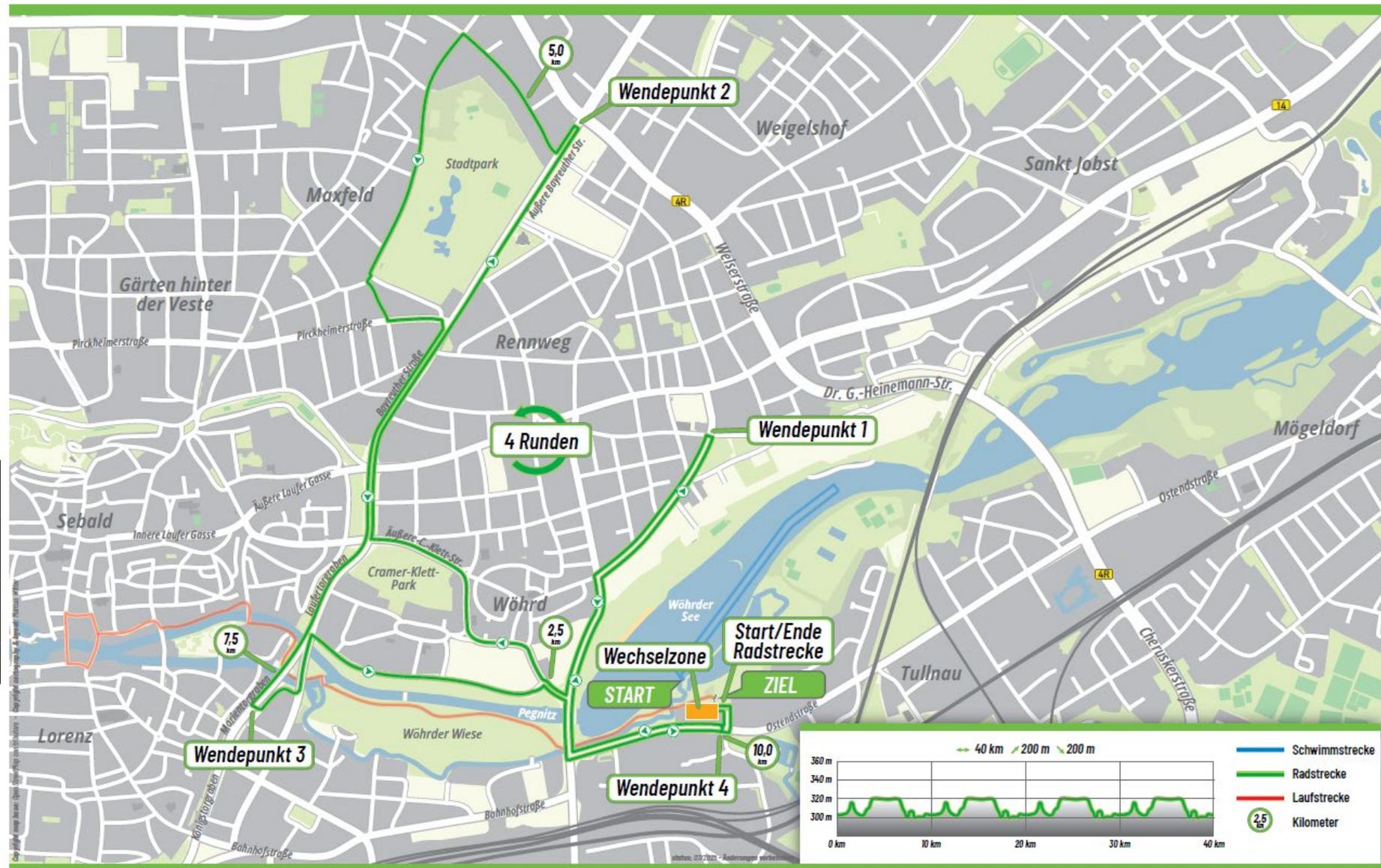
Kurzdistanz:  
40 km (4 Runden) / 200 HM

SUZUKI Sprintdistanz und Para Cup:  
20 km (2 Runde) / 100 HM

Auf der Radstrecke gibt es eine **keine**  
**Verpflegungsstation!**

## Cut-Off Zeiten

	Schwimmen	Schwimmen + Radfahren
Suzuki Sprintdistanz	0:25 Std	1:25 Std
Para Cup	0:25 Std	1:45 Std
Kurzdistanz	0:50 Std	2:25 Std



# Radfahren (Regeln)

## Regelverstöße

Gelbe Karte:



Sprintdistanz: 10 Sek. Zeitstrafe

Kurzdistanz: 15 Sek. Zeitstrafe

Blaue Karte:



Sprintdistanz: 30 Sek. Zeitstrafe

Kurzdistanz: 1 Min. Zeitstrafe

Rote Karte:



Disqualifikation

(ihr dürft das Rennen beenden,  
es wird allerdings nicht gewertet)



# Radfahren (Regeln)

## Windschattenregelung

- Windschattenfahren 

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 Sek. abgeschlossen sein.

Der überholte Athlet muss die Windschattenzone in 25 Sek. verlassen, danach greift das Windschattenverbot.

- Überholvorgang länger als 25 Sek. 

- Rechts überholen 

- Überfahren der Mittellinie 

## Rechtsfahrgebot!



# Radfahren (Regeln)

## Weitere Regelverstöße

Gelbe Karte:



- Fortführen des Wettkampfes ohne Fahrrad
- Coaching
- Blockieren anderer Athleten

Blaue Karte:



- Überholter Athlet bleibt länger als 25 Sek. in der Windschattenzone

Rote Karte:



- Radfahren Ohne Helm
- Öffentliches Urinieren
- Absichtliches Müll entsorgen außerhalb der Verpflegungsstation
- Benutzen von Kommunikations- oder Unterhaltungsmedien
- Hilfe von Außen (z.B. Annahme von Verpflegung)
- 2 blaue Karten oder 1 blaue Karte und 2 gelbe Karten
- 3 gelbe Karten

# Wechsel Rad → Lauf (Regeln)

## Regelverstöße

Gelbe Karte:



- Kinnriemen vor Abstellen des Rades geöffnet
- Absteigen nach der Radabstiegs-markierung

Rote Karte:



- Urinieren in der Wechselzone
- Absichtliches Müll entsorgen in der Wechselzone
- Benutzen von Kommunikations- oder Unterhaltungsmedien

**Auf der Laufstrecke muss ein Oberteil getragen werden.**

**Die Startnummer ist vorne zu tragen.**

**Die Benutzung von Ohrhörern auf der Laufstrecke ist nicht zulässig.**

## Laufstrecke

Kurzdistanz: 9,6 km (2 Runden) / 20 HM

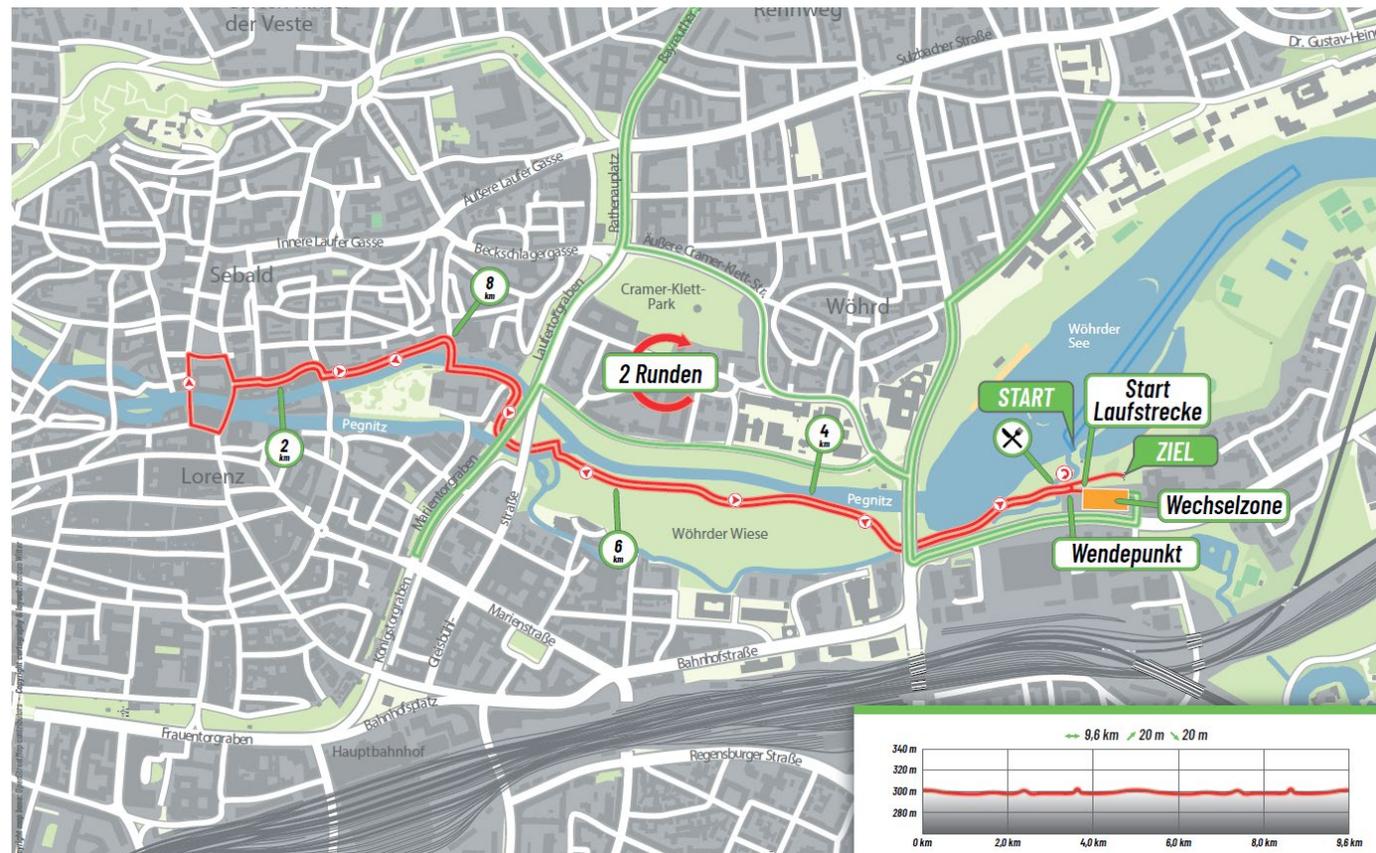
SUZUKI Sprintdistanz und Para Cup: 5,0 km (1 Runde) / 10 HM

Auf der Laufstrecke gibt es eine **Verpflegungsstation** auf Höhe der Wechselzone am Norikerparkplatz, die von allen passiert wird. Hier gibt es Wasser und ISO unseres Partners.

Eine zweite Verpflegungsstation gibt es am Hauptmarkt mit Wasser

## Cut-Off Zeiten

	Schwimmen	Schwimmen + Radfahren	Schwimmen + Radfahren + Laufen
SUZUKI Sprintdistanz	0:25 Std	1:25 Std	2:00 Std
Para Cup	0:25 Std	1:45 Std	2:45 Std
Kurzdistanz	0:50 Std	2:25 Std	3:35 Std



# Laufen (Regeln)

## Regelverstöße

Gelbe Karte:



- Coaching
- Startnummer nicht vorne

Rote Karte:



- Abkürzen
- Öffentliches Urinieren
- Absichtliches Müll entsorgen außerhalb der Verpflegungsstation
- Benutzen von Kommunikations- oder Unterhaltungsmedien
- Hilfe von Außen (z.B. Annahme von Verpflegung)

Wir behalten uns das Recht vor, Athlet/innen von der Strecke zu nehmen, wenn unsere Wettkampfrichter/innen der Meinung sind, dass keine Möglichkeit mehr besteht die Disziplin innerhalb des geforderten Zeitlimits zu beenden (ausgehend von der Lokalisierung, der Zeit und der Durchschnittsgeschwindigkeit zu diesem Zeitpunkt).



- Im **Ziel**, auf der Wöhrder Wiese direkt neben der Wechselzone am Norikerparkplatz, bekommt ihr Eure **Finisher-Medaille**.
- Eure **Finisher-Shirts** (wenn vorbestellt) bekommt ihr im **Nachzielbereich**.  
Eure vorbestellte T-Shirt-Größe ist auf eure Startnummer gedruckt.
- Im Nachzielbereich befinden sich Essen, Getränke, Toiletten und medizinische Betreuung.
- Von 11:00 Uhr bis 16:00 Uhr stehen die Duschen und Umkleiden im Freibad von Bayer07 (Am Pulversee 1, 90402 Nürnberg) zur Verfügung. (Achtung: Nur Kaltwasserduschen!) Eintritt unter Vorlage der Startnummer!

# Vorzeitige Rennaufgabe

## Wichtig:

Solltet Ihr das Rennen vorzeitig beenden müssen, ist es zwingend notwendig, einen Schiedsrichter oder Offiziellen zu informieren, oder sich in der Wechselzone zu melden.

Den Zeitnahme-Chip gebt ihr beim Check-Out eures Fahrrades wieder ab.  
Bei Nichtabgabe fällt eine Gebühr von 69€ an.

# Siegerehrung

- Die Siegerehrung findet ab 13:05 Uhr am Wöhrder See, an der Bühne statt.
- Beginnend mit der Kurzdistanz folgt im direkten Anschluss die Siegerehrung der SUZUKI Sprintdistanz
- Bitte findet Euch rechtzeitig an der Bühne ein
- Geehrt werden:
  - 3.-1. Platz Gesamtsieger Kurzdistanz (m,w)
  - Platzierungen 3.-1. der Altersklasse Kurzdistanz (m, w)
  - Platzierungen 3.-1. der Staffeln Kurzdistanz (m, w, Mixed, Familie)
  - 3.-1. Platz Gesamtsieger SUZUKI Sprintdistanz (m, w)
  - 3.-1. Platz Gesamtsieger Para Cup
  - Platzierungen 3.-1. der Altersklasse SUZUKI Sprintdistanz (m, w)
  - Platzierungen 3.-1. der Staffeln Sprintdistanz (m, w, Mixed, Familie)

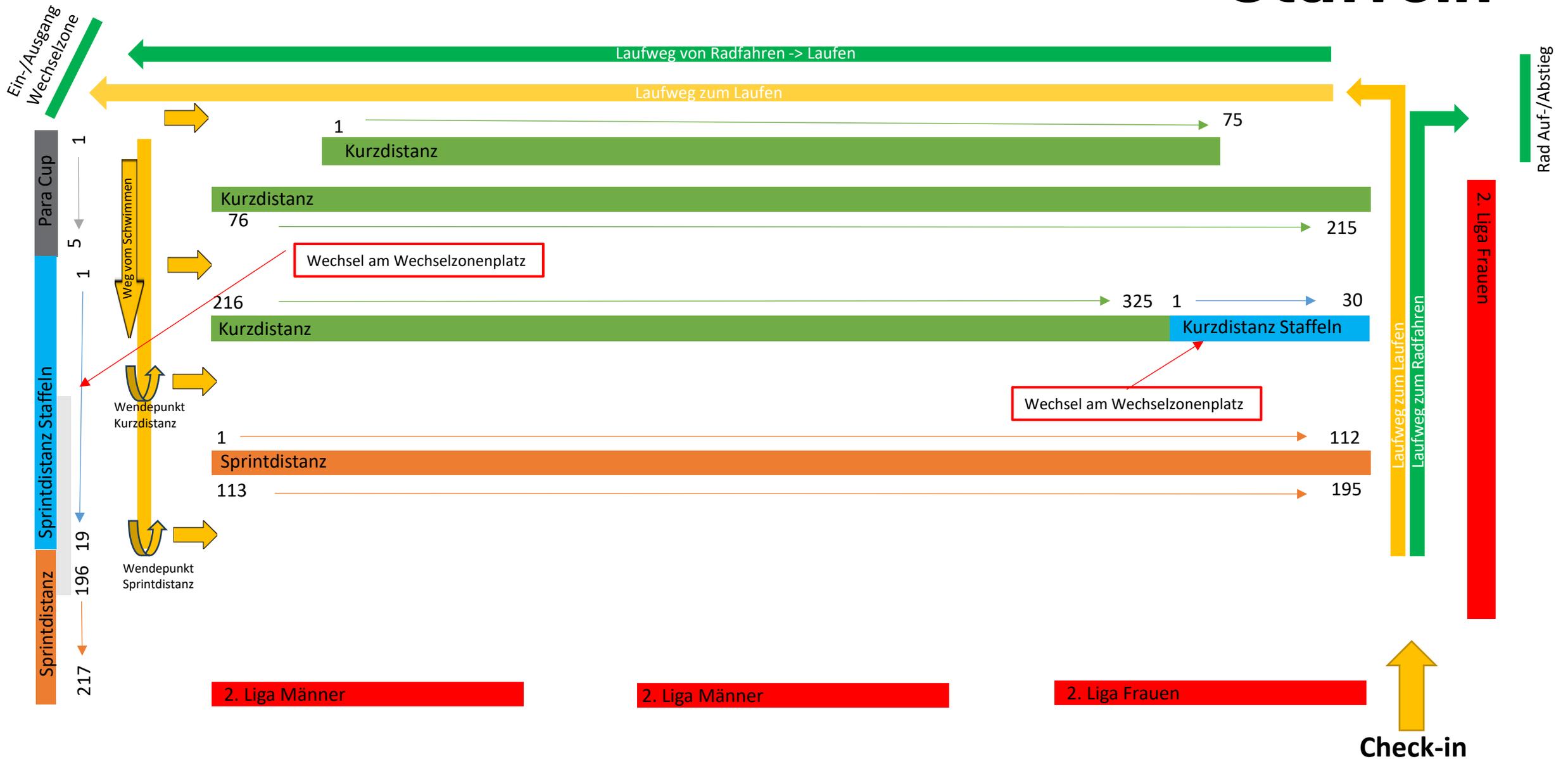
- Die Abholung der Startunterlagen kann durch eine/n Teilnehmer/in der jeweiligen Staffel erfolgen, d.h. es müssen nicht alle 3 Teilnehmer/innen erscheinen.

Inhalt der Startunterlagen Staffeln:

- Badekappe
- 2 Startnummern: 1 für den Radfahrer und 1 für den Läufer
- Aufkleber mit Startnummer für Helm, Rad und Nachzielbeutel
- Zeitnahme-Chip + Klettband („Staffel-Stab“)
- Athletengeschenk

→ Bitte beachtet: Wenn ihr kein Starterrucksack vorbestellt habt, denkt bitte daran für den Nachzielbeutel einen eigenen Beutel/Rucksack/Tasche mitzubringen

# Staffeln



ca. 100m vor dem Zieleinlauf, können sich der Schwimmer und Radfahrer einfinden, um dann gemeinsam mit dem Läufer ins Ziel zu laufen.



Wir wünschen allen Athleten/innen einen spannenden,  
fairen und erfolgreichen Wettkampf!

**TriathlonD Events**  
**Julia Trommershäuser**  
Otto-Fleck-Schneise 8  
60528 Frankfurt  
Telefon: +49 (0) 69 / 677 205-0  
Email: [athletenservice@triathlonD-events.de](mailto:athletenservice@triathlonD-events.de)  
Internet: [www.nuernberg-triathlon.de](http://www.nuernberg-triathlon.de)

