

2.  X 

DUATHLON

WENDELSTEIN 

Der vollelektrische ID.4

Der Weg ist das schönste Ziel

Jetzt bei uns
kennnenlernen



Den Alltag meistern? Beruflich ans Ziel kommen? Das sind die Disziplinen, in denen der ID.4 besonders glänzt. Der vollelektrische SUV ist ein echter Langstreckensportler und bringt Hochleistung auf die Straße. Ob Ausdauer, Reichweite, Platzangebot oder Technik – mit dem ID.4 genießen Sie ein völlig neues Raum- und Fahrerlebnis. Und vor allem: einfach mehr Möglichkeiten.

ID.4 Pro 210 kW (286 PS) 77 kWh 1-Gang-Automatik

Stromverbrauch kombiniert in kWh/100 km: 16,0; CO₂-Emissionen kombiniert in g/km: 0. Für das Fahrzeug liegen nur noch Verbrauchs- und Emissionswerte nach WLTP und nicht mehr nach NEFZ vor.¹

Lackierung: Mondsteingrau, **Ausstattung:** Klimaanlage „Climatronic“ mit Aktiv-Kombifilter und Standklimatisierung, Spurhalteassistent „Lane Assist“, automatische Distanzregelung, Notbremsassistent „Front Assist“ mit Fußgänger- und Radfahrererkennung, Ablenkungs- und Müdigkeitserkennung, App-Connect Wireless für Apple CarPlay™ und Android Auto™, Multifunktionslenkrad mit Touch-Bedienung u. v. m.

Leasing-Sonderzahlung:	0,00 €	48 mtl. Leasingraten à	399,00 €2
Laufzeit:	48 Monate	zzgl. Volkswagen Lease&Care Paket S mtl. à	25,00 €3
Jährliche Fahrleistung:	10.000 km	48 mtl. Gesamtleasingraten à	424,00 €

Fahrzeugabbildung zeigt Sonderausstattungen. Bildliche Darstellungen können vom Auslieferungsstand abweichen. Gültig bis zum 30.06.2024. Stand 04/2024. Änderungen und Irrtümer vorbehalten. 1 Angaben zu Verbrauch und CO₂-Emissionen bei Spannweiten in Abhängigkeit von den gewählten Ausstattungen des Fahrzeugs. 2 Bonität vorausgesetzt. 3 Ein Angebot der Volkswagen Leasing GmbH für Privatkunden im Rahmen der Dienstleistung Wartung & Inspektion. Mit dem monatlichen Beitrag sind die Kosten für umfangreiche Wartungs- und Inspektionsarbeiten laut Herstellervorgabe inkl. Lohn und Material abgegolten.

Eine Empfehlung der Feser, Graf & Co. Automobil Holding GmbH, Heisterstraße 4 a, 90441 Nürnberg, an die Tochter-Autohäuser.
Eine Liste dieser Autohäuser finden Sie im Internet unter feser-graf.de



feser-graf.de

FESER  **GRAF**

INHALT

Team OPTIMUM

- Grußworte
- Vorwort
- Keine Winterpause beim Team OPTIMUM
- What´s new
- Feedback der Vorjahressieger/-in
- Nachhaltigkeit

Das Rennen

- ANFAHRT
- ERWACHSENE KURZDISTANZ (EINZEL UND STAFFEL)
- ERWACHSENE JEDERMANN
- KINDER- UND JUGENDRENNEN, 6 BIS 17 JAHRE

Das Event

- Helfer
- Familienfreundlich
- Moderation
- Verpflegung / Biergarten
- Medizinische Versorgung

GRUSSWORT

DUATHLON WENDELSTEIN

Liebe Freunde des Duathlons,
liebe Ausdauersportler,

nach der gelungenen Premiere im vergangenen Jahr lädt der Radlerclub Wendelstein mit seiner Triathlonabteilung „Team OPTIMUM“ zum 2. Wendelsteiner Duathlon ein.

Das im letzten Jahr ausgegebene Ziel des Veranstalters „ein familienfreundliches und nachhaltiges Sport-Event auf die Beine zu stellen“ ging voll auf. Einsteiger und Profis kamen auf ihre Kosten. Der Wettbewerb war ein Erlebnis für alle und ein voller Erfolg.

Beeindruckend waren auch die Leistungen der Sportlerinnen und Sportler. Duathlon ist Ausdauersport und gehört zu den Mehrkampfsportarten. Die Regeln sind an die des Triathlons angelehnt, wobei das Schwimmen durch eine zusätzliche Laufdistanz ersetzt wird. Beim Hauptrennen dürfen die Teilnehmer zuerst 10 Kilometer laufen, dann 35 Kilometer Radfahren und zum Abschluss nochmals 5 Kilometer laufen. Für die Kinder und Jugendlichen gibt es gesonderte Wettbewerbsvarianten.

Ich danke allen fleißigen Helferinnen und Helfern, welche bei der Vorbereitung und Durchführung der Veranstaltung mitwirken. Mein besonderer Dank gilt dem Radlerclub mit seinem „Team OPTIMUM“ um Abteilungsleiter Tim Feuerlein für die Organisation dieses besonderen Sport-Events.

Allen Beteiligten wünsche ich viel Spaß beim 2. Wendelsteiner Duathlon.

Mit sportlichen Grüßen


Werner Langhans
Erster Bürgermeister



GRUSSWORT

DUATHLON WENDELSTEIN

Liebe Teilnehmer,
liebe Zuschauer,

Herzlich willkommen zum zweiten Duathlon des Radlerclub Wendelstein! Wir freuen uns sehr, euch begrüßen zu können und gemeinsam einen Tag voller sportlicher Begeisterung und Gemeinschaft zu erleben.

Als 1. Vorsitzende des Vereins bin ich stolz darauf, dass wir erneut diesen Duathlon ausrichten und diese Plattform für Athleten jeden Alters und jeder Erfahrungsstufe bieten können. Es ist inspirierend zu sehen, wie viele von euch sich der Herausforderung stellen und mit Enthusiasmus an den Start gehen - egal ob ihr zum ersten Mal an einem Duathlon teilnehmt oder schon viele Wettkämpfe hinter euch habt.

An dieser Stelle möchte ich den Organisatoren rund um das „Team Optimum“ und den freiwilligen Helfern danken, die diesen Tag erst möglich machen sowie unseren großzügigen Sponsoren, die uns ebenfalls unterstützen.

Ich wünsche allen Athleten ein erfolgreiches Rennen voller persönlicher Bestleistungen und unvergesslicher Momente. Möge der Geist des Duathlons euch motivieren und inspirieren, über eure eigenen Grenzen hinauszuwachsen.

Und den Zuschauern möchte ich danken, dass ihr dabei seid, um die Teilnehmer anzufeuern und diesen Tag zu etwas Besonderem zu machen.

Sportliche Grüße

Sylvia Rietz
1. Vorsitzende
Radlerclub Wendelstein 1913 e.V.



VORWORT

DUATHLON 2.0

Das Feedback zu unserem ersten Duathlon 2023 war überwältigend. Wir haben sehr viele positive Nachrichten rund um das Event erhalten. Dies hat uns nach einer Analyse im Oktober 2023 die Entscheidung für den 2. Duathlon in Wendelstein sehr leicht gemacht.

Natürlich wollen wir uns zur Erstaufgabe weiter entwickeln und dies nicht nur bezogen auf die Teilnehmerzahlen. Mit 200 Startenden in 2023 haben wir das Ziel von 150 übertroffen und möchten es in diesem Jahr auf 250 Teilnehmende ausbauen.

Um dies zu erreichen haben wir das Thema Streckenführung angepackt. Wir haben jetzt eine echte Kurzdistanz mit 10 km Laufen, 35 km Radfahren und zum Abschluss nochmal 5 km Laufen. Um das Rennen für Einsteiger noch attraktiver zu machen, werden wir ein Jedermann Rennen mit der Streckenlänge 3 km Laufen, 13 km Radfahren und 1 km Laufen anbieten. Hier wird eines der Feedbacks bezüglich der Lizenzgebühr für Teilnehmende ohne Startpass von uns umgesetzt, denn für ein Jedermann Rennen wird keine zusätzliche Gebühr erhoben.

Ein weiteres Ziel ist, das Event noch nachhaltiger zu gestalten. Hierzu haben wir uns einiges einfallen lassen und setzen z.B. dieses Jahr komplett auf Mehrwegbecher.

Die Vorfreude unsererseits ist groß!



TIM FEUERLEIN | TIM@TEAMOPTIMUM.DE

UNSERE ZIELE

- Erlebnis für alle Beteiligten
- Der Szene etwas zurückgeben
- Nachhaltigkeit



**SCHLECHTE NACHRICHTEN
FÜR WASSERSCHÄDEN:**

BIOCAT LS

**SMARTER
LECKAGESCHUTZ**



TEAM OPTIMUM

KEINE WINTERPAUSE

Keine Zeit für eine Winterpause gab es beim Team Optimum des RC Wendelstein 1913 e.V. und daher ist die Triathlonabteilung bestens aufgestellt, um in die neue Saison zu starten.

Das Organisationsteam hat sich im November 2023 um zwei Köpfe verstärkt und sich neuen Input im Bereich Laufen und Radfahren geholt, im März 2024 kam auch im Bereich der Kinder- und Jugendarbeit Zuwachs dazu. Das nun siebenköpfige Team trifft sich einmal im Monat, um Angebote für die Mitglieder zu entwickeln, deren Support zu planen, aber auch bereits wieder die Weichen für den zweiten Duathlon im September 2024 zu stellen.

In der Adventszeit 2023 fand eine wöchentliche Ausfahrt mit Gravel-/Mountainbikes statt, mit dem Ziel, in dieser Zeit 200 km nochmals Outdoor zurückzulegen – ein Finisherabzeichen wurde eigens dafür gefertigt und den Teilnehmern überreicht. Von Schnee, über Regen und Wind, aber auch Sonnenschein war alles dabei – vor allem aber gute Laune auf jeweils über 50 km. ▶▶



VEREINSGELÄNDE



Ihr Fachgeschäft für

- Elektro-Hausgeräte
- Elektro-Installation
- Beleuchtung aller Art
- Netzwerkverkabelung
- Industrieanlagen

Ihr Kontakt zu uns

📞 elektrostroebel.de

📞 09129 9946

✉️ mail@elektrostroebel.de

📍 Marktstraße 3
90530 Wendelstein

🕒 Mo. – Fr. 8.00 – 12.30 Uhr u.
14.00 – 18.00 Uhr

Sa. 8.00 – 13.00 Uhr

Mi. Nachmittag geschlossen

» Seit Dezember 2023 finden auch zweimal im Monat Laufangebote statt, die von 10 km bis zum Halbmarathon reichen – gelaufen wird immer in angepasstem Tempo für alle Mitlaufenden. Immer im Gepäck sind Kaffee und Kuchen, Kaltgetränke und Brezen für einen gemeinsamen Plausch nach dem Laufen. Der Spaß und die Gemeinschaft stehen hier im Vordergrund, sodass zu Fasching natürlich verkleidet gelaufen wurde und im März bereits der erste Eisdielenbesuch das Ziel war.

Die ersten Wettkämpfe wurden am Dutzendteich mit der Winterlaufserie und dem Rothseelauf erfolgreich mit Podiumsplätzen in den jeweiligen Altersklassen belegt.

Wie jeden Winter fand das bewährte Schwimmtraining der Athleten im Langwasserbad statt und wurde ergänzt durch ein wöchentliches Zirkeltraining in der Radsporthalle Wendelstein, um Kraft und Stabilität nicht zu vernachlässigen. Yoga mit externer Trainerin rundete das Angebot der Abteilung ab.

Nun blickt das Team Optimum auf die nächsten Veranstaltungen im Laufkalender – HiRo Run, Fränkische Schweiz Ultratrail und Panoramalauf in Wendelstein, um nur einige zu nennen. Für das Training steht dann wieder die Bahn auf der Kreissportanlage Wendelstein zur Verfügung – es darf wieder Tempo gemacht werden.

Ende April startet das Triathlon Camp wie in den Vorjahren in Riccione/Italien und damit beginnen auch die ersten Triathlonteilnahmen 2024 für die Team Optimum Mitglieder. Trainingslager daheim und offizieller Season Kick Off mit zahlreichen Events am Vereinsgelände finden vom 09.05. bis 12.05.2024 statt. Hier ist sicherlich der 11.05. herauszuheben. Denn dort findet neben dem Camp auch ein BTV Community Event statt. Bei diesem Format wird von unserer Abteilung ein Streckencheck zum Duathlon angeboten. Gelaufen wird die 10 km und die neue 3 km Strecke der Sprintdistanz in unterschiedlichen Geschwindigkeiten.

Am 18.05.2024 wird wieder zum Trainingstag am Rothsee geladen. Das Event gehört mittlerweile zum festen Bestandteil in der Saisonvorbereitung. Zusammen mit der Profi-Athletin Elena Illeditsch werden wir eine Runde im Rothsee schwimmen, danach gemeinsam die Radstrecke des DATEV Challenge Roth abfahren und wer noch nicht genug hat, der fährt eine zweite Runde oder ergänzt seinen Trainingstag mit einem Koppellauf um die Seen.

Natürlich werden wir beim Rothsee Triathlon mit einem Stimmungsnest wieder vertreten sein und auf der Laufstrecke dort die Athleten den letzten Berg nach oben brüllen.

Wer Interesse hat, mal beim Team Optimum reinzuschneppern, an den verschiedenen Teamveranstaltungen teilzunehmen, meldet sich gerne unter info@teamoptimum.de oder verfolgt den Instagram Kanal [team_optimum_wendelstein](https://www.instagram.com/team_optimum_wendelstein).

RADLERCLUB WENDELSTEIN 1913 E.V.

In der Gibitzen 30
90530 Wendelstein
www.rc-wendelstein.de
radlerclub1913@t-online.de

Abteilung Triathlon:
www.teamoptimum.de
info@teamoptimum.de

#rideclean
#safewatt
#befast



WILLKOMMEN

UNSERE PARTNER



GEMEINDEWERKE WEMDELSTEIN

KOMMUNALUNTERNEHMEN

ACTEMIUM

ENERGIETECHNIK

SPARKASSE MITTELFRANKEN SÜD

SPARKASSE

WIR BRAUCHEN EUCH!

Ohne Sponsoren ist ein solches Event kaum mehr möglich. Gerade Genehmigungen, Absperrungen und Zeitmessung sind die größten Kostenblöcke. Teilweise sind diese schwer zu kalkulieren. Denn die tatsächliche Teilnehmerzahl ist Spekulation.

Natürlich entstehen auch Kosten, um das Erlebnis für die Teilnehmenden perfekt zu machen. Der Spagat zwischen Anmeldegebühr und Spektakel muss gemeistert werden. Bei den Gebühren haben wir gerade für das Kinder- und Jugendrennen einen höheren Zuschuss einkalkuliert. Die Teilnahme soll für viele Kids möglich sein.

Wir sind auch weiterhin auf der Suche nach Sponsoren. Gerne könnt ihr euch unter info@teamoptimum.de dazu melden. Es muss auch nicht immer der große Namenssponsor sein, uns helfen auch kleinere Beträge.

GEMEINDEWERKE
WENDELSTEIN –

WIR LIEFERN DIE ENERGIE

Als regionaler Energieanbieter vor Ort sind wir begeistert, auch in diesem Jahr wieder beim Duathlon in Wendelstein dabei zu sein.

Damit Sie sich nach einem solchen Ereignis entspannt zurücklehnen können, stehen wir als Ihr Partner vor Ort an Ihrer Seite und kümmern uns um die Energie- und Wasserversorgung.

Wir bieten Ihnen ausschließlich 100% Ökostrom!

Auch Ihre Breitband-Internetverbindung, E-Mobilität und alle Angelegenheiten rund um Ihre PV-Anlage bleiben bei uns nicht auf der Strecke.

So bleibt Ihnen mehr Zeit für Training und Vorbereitung - denn die nächste Herausforderung steht sicher bereits bevor.



WHAT'S NEW

Neu in 2024

Starkes Feedback haben wir in 2023 erhalten und trotzdem wird es einiges an Änderungen geben. Für unsere erste Veranstaltung haben schon viele Prozesse sehr gut funktioniert und wir waren sehr zufrieden. Dennoch haben wir weiterhin ein großes Ziel:

“Wir wollen das Highlight zum nahenden Saisonabschluss für alle sein.”

Folgende Punkte haben wir verändert oder neu in unser Konzept integriert:

- Streckenlänge Kurzdistanz angepasst (10km/35km/5km)
- Neues Rennen für Jedermann mit der Distanz 3km, 13km, 1km
- Mehr Radständer
- Streckenführung Kinder- und Jugendrennen überarbeitet
- Mehr Streckenposten beim Kinder- und Jugendrennen
- Zieleinlauf mit neuem Zielkanal
- Siegerehrung Erwachsene und Start Kinderrennen entzerrt
- Zeitplan im Gesamten angepasst
- Zeitlimit bei Hauptrennen (Kurzdistanz) verlängert
- Siegerehrung Schüler D und C nach vorne gezogen
- Anmeldung/Registrierung mit doppeltem Personal
- Neues Müllkonzept
- Mehrwegbecher an den Verpflegungsstationen
- Biergarten mit mehr Tischen und Sonnenschirmen
- Anderes Angebot an vegetarische Essen

Wir möchten uns bei allen für die tollen Ideen und Anregungen bedanken. Daher werden wir gemeinsam mit euch in 2024 wieder ein absolutes Highlight nach Wendelstein bringen.

Bei Rückfragen gerne uns eine Mail an info@teamo optimum.de senden.

DR. HEILBRONNER

Premium Natural Supplements

www.dr-heilbronner.de



Bio Maca Rot

Wunderknolle für die Frau

Wirkt balancierend und ausgleichend auf den Hormonhaushalt

- aus den peruanischen Anden
- reich an Antioxidantien
- 100% rein + hochdosiert



100% natürlich 100% bio 100% vegan

Bio Maca Schwarz - Extra Stark

Das Höhenfeuer für Männer

Wird traditionell zur Steigerung der Leistungsfähigkeit und als natürliches Aphrodisiakum benutzt

- aus den peruanischen Anden
- reich an Antioxidantien
- 100% rein + hochdosiert



100% natürlich 100% bio 100% vegan





Wir sind am Start ...

... wenn es um

GRAFIK / Logo, Schilder, Beklebungen ...

DRUCKSACHEN / Visitenkarten, Briefbogen ...

WERBEMITTEL / Feurzeuge, Schirme, Kugelschreiber ...

& MITTEILUNGSBLÄTTER

geht!

Kirchenstraße 3a | 90530 Wendelstein | Tel. 09129 7444
info@seifert-medien.de | www.seifert-medien.de

SEIFERT
medien.


PHYSIO
THERAPIE
Brandt GmbH

Therapie in guten Händen!

VORJAHRESSIEGER/-IN

FEEDBACK

JONAS WECHSLER



„Das Rennen 2023 habe ich sehr gut in Erinnerung, die Rad und Laufstrecke war sehr gut, auch die Sicherheit wurde gewährleistet und es gab keinerlei Probleme vom Check in bis zu der Siegerehrung. Das Rennen dieses Jahr bei euch steht bei mir dick im Kalender und ich freue mich das ich wieder an der Startlinie stehen kann.“

FRANZISKA RICHARTZ



„Der Duathlon Wendelstein hat super viel Spaß gemacht! Tolle Strecke, sehr gute Organisation und starke Konkurrenz... und wenn dann noch der Sieg rausspringt, macht dies das Gesamtpaket komplett. Leider kann ich dieses Jahr nicht am Start sein, da ich am gleichen Tag bei der Mitteldistanz in Amsterdam starte. Dafür werde ich wieder beim Triathlon in Nürnberg, in Erlangen, Hersbruck und am Rothsee dabei sein.“

NACHHALTIG

- Mehrwegbecher
- Laufschuhsammlung
- Abfallmanagement



Ein Thema welches uns bereits von der ersten Minute an beschäftigt hat. Wie kann man ein Rennen von der ersten Stunde aufbauen und dieses möglichst nachhaltig gestalten.

Da der Radlerclub Wendelstein schon sehr lange auf Mehrweggeschirr setzt und die Ausstattung hierzu sehr groß ist, war dieser Punkt sehr leicht zu erfüllen. In 2023 haben wir die Altbestände der Einwegbecher aufgebraucht und in diesem Jahr 1000 Mehrwegbecher für die Athletenversorgung angeschafft.

“Liebe Startende, bitte achtet auf diese Becher und tragt so zur Nachhaltigkeit bei. Ihr könnt z.B. in der Endverpflegung von unseren Helfern den Becher wieder auffüllen lassen!”

Du hast zuhause noch ein altes Paar Lafschuhe und benutzt diese nicht mehr oder sie passen dir doch nicht so gut, dann hast du die Möglichkeit diese in unserer Schuhsammelbox abzugeben. Wir werden diese an eine gemeinnützige Organisation in der Gemeinde übergeben. Die Schuhe sollten noch tragbar sein!

Ein weiteres Thema aus 2023 war die Mülltrennung. Hierzu haben wir den Profi Hofmann aus Büchenbach kontaktiert und ein entsprechendes Müllkonzept erarbeitet.

Natürlich gibt es noch viele weitere Punkte die Ihr über nachfolgenden QR-Code auf der Seite des bayerischen Triathlon Verband einsehen könnt. Für unser Konzept haben wir die Auszeichnung für nachhaltige Veranstaltungen erhalten, was uns sehr stolz macht.

RENNINFORMATIONEN

ANFAHRT

Anfahrt ist über die A73 oder B2 Ausfahrt Wendelstein möglich. Für das Navi bitte nachfolgende Adresse oder die Adresse der Parkplätze eingeben.

Radlerclub Wendelstein 1913 e.V., In der Gibitzen 30, 90530 Wendelstein

Anreise mit den öffentlichen Verkehrsmitteln ist aus Nürnberg und Schwabach per Bus möglich. Haltestelle Wendelstein, In der Gibitzen Nord, zum Start ca. 5 Minuten Fußweg. Die Haltestelle wird von der Buslinie 601, 603, 604, 606, 610, 676, 678 angefahren. Der eingeschränkte Fahrplan an Sonntagen ist zu beachten. Ebenso die Mitnahme von Rädern durch den ÖPNV.

Anfahrt Kinder- und Jugendrennen, sowie zum BTV Memmert Nachwuchscup

Wir bitten um entsprechende zeitliche Einplanung zur Anreise, da es zu Verzögerungen durch das Hauptrennen kommen kann. Hier sind Straßensperrungen im Ortskern möglich.

Daher empfehlen wir die Anfahrt über A73 kommenden die Ausfahrt Wendelstein Altort zu nehmen. Über die B2 kommend empfehlen wir die Anfahrt über Großschwarzenlohe und Sorg nach Wendelstein.

Ab 9:00 Uhr können Sie nur noch den Parkplatz an der Kreissportanlage erreichen.

Zu diesem kommen Sie über die Straßen Äußere Further Straße und Blütenstraße ohne weitere Verkehrseinschränkungen.

PARKEN



Parkplatz am Gymnasium Wendelstein;
Zwei Parkreihen reserviert für Familien;
In der Gibitzen 29, 90530 Wendelstein;
Zum Start ca. 1 Minute Fußweg



Parkplatz am REWE Einkaufsmarkt;
Sperbersloher Str. 112, 90530 Wendelstein;
Zum Start ca. 5 Minuten Fußweg



Parkplatz an der Kreissportanlage;
Mozartstraße 72, 90530 Wendelstein;
Zum Start ca. 2 Minuten Fußweg

Andi,
unser Azubi

Mehr Spielfeld. Weniger Ersatzbank.

**Beginne deine Ausbildung
oder dein duales Studium
bei der Sparkasse
Mittelfranken-Süd.**

Werde Teil unseres Teams
und bewirb dich jetzt unter



www.spkmfrs.de/ausbildung
www.spkmfrs.de/dualesstudium

Weil's um mehr als Geld geht



**Sparkasse
Mittelfranken-Süd**

Actemium ist die auf die Industrie ausgerichtete Marke der VINCI Energies Gruppe, einem der weltweit führenden Unternehmen im Bereich Energie- und Informationstechnologien. Die Actemium Energy Projects GmbH ist als schlüsselfertiger Systemlieferant in dem Gebiet der Energietechnik speziell auf die Bereiche Energieverteilung und Energieversorgung spezialisiert und plant, realisiert und wartet die Anlagen von Kunden aus den verschiedensten Branchen.

Kundennah, kompetent, regional und vor allem mit motivierten Mitarbeitenden, die in jedem Projekt zum "Unternehmer auf Zeit" werden. Wir setzen die Energiewende um!

Für unser stetig wachsendes Team sind wir auch an den Standorten in Nürnberg, Regensburg und München auf der Suche nach neuen Kollegen. Über folgende QR-Codes findest Du unsere aktuellen Stellenanzeigen.



Neben der Unterstützung auf unseren Baustellen sowie im Büro freuen wir uns natürlich wenn Du Spaß am Sport hast und auch für eine feierabendliche Rad- oder Laufrunde zu haben bist!



So und jetzt gib Gas, viel Erfolg beim Wendelsteiner Duathlon!



HAUPTRENNEN

DUATHLON 10|35|5

Der Wettkampfstart befindet sich am Radlerclub Wendelstein, Startschuss ist am Sonntag, den 15. September um 8.30 Uhr. Die Strecke erstreckt sich über die ersten 10 Kilometer Laufstrecke, gefolgt von 35 Kilometer Radfahren und abschließenden 5 Kilometern Laufen

TEILNEHMER*INNEN-LIMIT:
DUATHLON inkl. Staffeln:
200 Starter*innen
STARTBERECHTIGT:
Einzelstarter*innen: ab Jahrgang 2006
Staffelstarter*innen: ab Jahrgang 2006
Ein Start erfordert entweder den Besitz eines DTU Startpass oder das Lösen einer Tageslizenz.



ZEITPLAN

- 07:00 Uhr - 08:15 Uhr Ausgabe der Startunterlagen
- 07:00 Uhr - 08:15 Uhr Check In
- 08:15 Uhr Wettkampfbesprechung im Startbereich (Die Teilnahme ist Pflicht)
- 08:30 Uhr Massenstart Altersklassen und Staffel
- Ca. 10:20 Uhr erste Teilnehmer*innen im Ziel
- Check Out nach Ankunft des letzten Radfahrers
- Ca. 12:00 Uhr Siegerehrung vor dem Vereinsgelände des RC Wendelstein

ZEITLIMITS

3 Stunden

KINDERBETREUUNG

Spielbetreuung für Kinder zwischen 6 bis 12 Jahren wird von 08.30 Uhr bis 12.00 Uhr angeboten (Muss unter Zusatzleistungen gebucht werden)

ABHOLUNG & INHALT DER STARTUNTERLAGEN

Startunterlagen können im Wettkampfbüro direkt im RC Wendelstein am Wettkampftag abgeholt werden. Diese beinhalten eine Startnummer, Klebnummern (Helm, Rad) und einen Zeitmesschip. Startnummernband und Wechselbeutel/Rucksack sind vom Teilnehmer mitzubringen. Alle anderen Unterlagen werden digital zur Verfügung gestellt.

WETTKAMPFBESPRECHUNG

- 08:15 Uhr Wettkampfbesprechung im Startbereich (Die Teilnahme ist Pflicht)

CHECK-IN/ CHECK-OUT

- 06:30 Uhr - 08:15 Uhr Check In
- Check Out nach Ankunft des letzten Radfahrers

HAUPTRENNEN

DIE STRECKEN



Zu den Strecken einfach scannen

Nach dem Scan können genauere Informationen zu den einzelnen Strecken abgefragt werden. Einfach auf die jeweilige Strecke klicken, danach öffnet sich das Infofeld und die gewählte Strecke kann per GPX Datei heruntergeladen werden.

DAS LAUFEN 10 KM

Rundkursstrecke auf gut befestigten Wirtschaftswegen mit 20% bis 30% Asphaltanteil

Die Startnummer ist vorne zu tragen

WECHSEL 1

Aufstiegspunkt ist am Ende der Wechselzone zu beachten.

In der Wechselzone haben nur Teilnehmer*innen und eingesetzte Helfer des Veranstalters Zutritt. Betreuern ist der Zutritt verwehrt.

DAS RADFAHREN 35 KM

Rundkursstrecke, die insgesamt 5x abgefahren wird. An Orsteinfahrt Röthenbach b.St.W. ist der Wendepunkt zu beachten und die Geschwindigkeit anzupassen. Auf der Strecke sind zwei weitere verkehrsberuhigende Inseln, die von uns entsprechend markiert werden.

Die Straßenverkehrsordnung ist unbedingt einzuhalten. Bei Verstößen gegen die Straßenverkehrsordnung erfolgt die sofortige Disqualifikation.

Windschattenfahren ist verboten.

Für jeden Teilnehmer besteht Helmpflicht.

Die Startnummer ist am Rücken zu tragen.

WECHSEL 2

Abstiegspunkt ist am Ende der Radstrecke zu beachten.

In der Wechselzone haben nur Teilnehmer*innen und eingesetzte Helfer des Veranstalters Zutritt. Betreuern ist der Zutritt verwehrt.

DAS LAUFEN 5 km

Rundkursstrecke auf gut befestigten Wirtschaftswegen mit 20% bis 30% Asphaltanteil.

Die Startnummer ist vorne zu tragen.

Änderungen bleiben vorbehalten.

JEDERMANN RENNEN

DUATHLON 3|13|1

Der Wettkampfstart befindet sich am Radlerclub Wendelstein, Startschuss ist am Sonntag, den 15. September um 9 Uhr. Die Strecke erstreckt sich über die ersten 3 Kilometer Laufstrecke, gefolgt von 13 Kilometer Radfahren und abschließenden 1 Kilometern Laufen

TEILNEHMER*INNEN-LIMIT:
DUATHLON inkl. Staffeln:
200 Starter*innen
STARTBERECHTIGT:
Einzelstarter*innen: ab Jahrgang
2006



ZEITPLAN

- 07:00 Uhr - 08:15 Uhr Ausgabe der Startunterlagen
- 07:00 Uhr - 08:15 Uhr Check In
- 08:15 Uhr Wettkampfbesprechung im Startbereich (Die Teilnahme ist Pflicht)
- 09:00 Uhr Massenstart Altersklassen
- Ca. 9:45 Uhr erste Teilnehmer*innen im Ziel
- Check Out nach Ankunft des letzten Radfahrers
- Ca. 12:00 Uhr Siegerehrung vor dem Vereinsgelände des RC Wendelstein

ZEITLIMITS

2 Stunden 30 Minuten

KINDERBETREUUNG

Spielbetreuung für Kinder zwischen 6 bis 12 Jahren wird von 08.30 Uhr bis 12.00 Uhr angeboten (Muss unter Zusatzleistungen gebucht werden)

ABHOLUNG & INHALT DER STARTUNTERLAGEN

Startunterlagen können im Wettkampfbüro direkt im RC Wendelstein am Wettkampftag abgeholt werden. Diese beinhalten eine Startnummer, Klebenummern (Helm, Rad) und einen Zeitmesschip. Startnummernband und Wechselbeutel/Rucksack sind vom Teilnehmer mitzubringen. Alle anderen Unterlagen werden digital zur Verfügung gestellt.

WETTKAMPFBESPRECHUNG

- 08:15 Uhr Wettkampfbesprechung im Startbereich (Die Teilnahme ist Pflicht)

CHECK-IN/ CHECK-OUT

- 07:00 Uhr - 08:15 Uhr Check In
- Check Out nach Ankunft des letzten Radfahrers

JEDERMANN RENNEN

DIE STRECKEN



Zu den Strecken einfach scannen

Nach dem Scan können genauere Informationen zu den einzelnen Strecken abgefragt werden. Einfach auf die jeweilige Strecke klicken, danach öffnet sich das Infofeld und die gewählte Strecke kann per GPX Datei heruntergeladen werden.

DAS LAUFEN 3 KM

Rundkursstrecke auf gut befestigten Wirtschaftswegen mit 20% bis 30% Asphaltanteil

Die Startnummer ist vorne zu tragen

WECHSEL 1

Aufstiegspunkt ist am Ende der Wechselzone zu beachten.

In der Wechselzone haben nur Teilnehmer*innen und eingesetzte Helfer des Veranstalters Zutritt. Betreuern ist der Zutritt verwehrt.

DAS RADFAHREN 13 KM

Rundkursstrecke, die insgesamt 2x abgefahren wird. An Orsteinfahrt Röthenbach b.St.W. ist der Wendepunkt zu beachten und die Geschwindigkeit anzupassen. Auf der Strecke sind zwei weitere verkehrsberuhigende Inseln, die von uns entsprechend markiert werden.

Die Straßenverkehrsordnung ist unbedingt einzuhalten. Bei Verstößen gegen die Straßenverkehrsordnung erfolgt die sofortige Disqualifikation.

Windschattenfahren ist verboten.

Für jeden Teilnehmer besteht Helmpflicht.

Die Startnummer ist am Rücken zu tragen.

WECHSEL 2

Abstiegspunkt ist am Ende der Radstrecke zu beachten.

In der Wechselzone haben nur Teilnehmer*innen und eingesetzte Helfer des Veranstalters Zutritt. Betreuern ist der Zutritt verwehrt.

DAS LAUFEN 1 km

Rundkursstrecke auf gut befestigten Wirtschaftswegen mit 20% bis 30% Asphaltanteil.

Die Startnummer ist vorne zu tragen.

Änderungen bleiben vorbehalten.

KINDER- UND JUGENDRENNEN

CROSS-DUATHLON



Die Altersklasseneinteilung erfolgt gemäß der geltenden DTU Sportordnung.

STARTBERECHTIGT:

Startberechtigt sind alle Sportler und Sportlerinnen der Altersklassen Schüler D bis Jugend A (Nach SpO §10.3).

Minderjährige Teilnehmer*innen benötigen die Einverständniserklärung eines gesetzlichen Vertreters/ einer gesetzlichen Vertreterin. Für Jugendliche unter 18 Jahre ist eine von den Eltern unterschriebene Einverständniserklärung (siehe DTU-SpO) erforderlich. Diese kann auf unserer Homepage heruntergeladen und unterschrieben zur Veranstaltung mitgebracht oder vor Ort ausgefüllt werden.

Altersklasse	Alter in Jahren	Laufen	Radfahren	Laufen
Schüler D	6/7	0,2	1,2	0,2
Schüler C	8/9	0,4	2,4	0,4
Schüler B	10/11	1	5	0,4
Schüler A	12/13	2	5	1
Jugend B	14/15	2	5	1
Jugend A	16/17	4	10	2



ZEITPLAN

- 10:30 Uhr - 13:45 Uhr Ausgabe der Startunterlagen
- 11:30 Uhr - 12:30 Uhr Check In Schüler D und C
- 11:30 Uhr - 13:45 Uhr Check In Schüler D und C
- 12:45 Uhr Wettkampfbesprechung im Startbereich für Schüler D und C (Die Teilnahme ist Pflicht)
- 13:00 Uhr Start Schüler D
- 13:20 Uhr Start Schüler C
- 14:00 Uhr Siegerehrung Schüler D und C, Wettkampfbesprechung im Startbereich für Schüler D und C (Die Teilnahme ist Pflicht)
- 14:15 Uhr Start Schüler B
- 14:45 Uhr Start Schüler A / Jugend B
- 15:30 Uhr Start Jugend A
- Check Out nach Ankunft des letzten Radfahrers
- Ca. 16:30 Uhr Siegerehrung vor dem Vereinsgelände des RC Wendelstein

KINDERBETREUUNG

Spielbetreuung für Kinder zwischen 6 bis 12 Jahren wird von 08.30 Uhr bis 12.00 Uhr angeboten. (Muss unter Zusatzleistungen gebucht werden)

ABHOLUNG & INHALT DER STARTUNTERLAGEN

Startunterlagen können im Wettkampfbüro direkt im RC Wendelstein am Wettkampftag abgeholt werden. Diese beinhalten eine Startnummer, Klebnummern (Helm, Rad) und einen Zeitmesschip. Startnummernband und Wechselbeutel/Rucksack sind vom Teilnehmer mitzubringen. Alle anderen Unterlagen werden digital zur Verfügung gestellt.

WETTKAMPFBESPRECHUNG

- 12:45 Uhr und 14:00 Uhr Wettkampfbesprechung im Startbereich (Die Teilnahme ist Pflicht)

CHECK-IN/ CHECK-OUT

- 11:30 Uhr - 13:45 Uhr Check In
- Check Out nach Ankunft des letzten Radfahrers

KINDER- UND JUGENDRENNEN

DIE STRECKEN

Zu den Strecken einfach scannen



Schüler D



Schüler C



Schüler B



Schüler A



Jugend B



Jugend A

Nach dem Scan können genauere Informationen zu den einzelnen Strecken abgefragt werden. Einfach auf die jeweilige Strecke klicken, danach öffnet sich das Infopfeld und die gewählte Strecke kann per GPX Datei heruntergeladen werden.

DAS LAUFEN

Wendepunktstrecke auf gut befestigten Wirtschaftswegen.

Die Startnummer ist vorne zu tragen.

WECHSEL 1

Aufstiegspunkt ist am Ende der Wechselzone zu beachten.

In der Wechselzone haben nur Teilnehmer*innen und eingesetzte Helfer des Veranstalters Zutritt. Betreuern ist der Zutritt verwehrt.

DAS RADFAHREN

Rundkursstrecke, die in Abhängigkeit der Altersklasse Schüler D und C wird auf gut befestigten Wirtschaftswegen gefahren. Schüler B, A und Junioren B, A müssen eine Strecke mit teilweise unbefestigten Untergrund ca. 30% und gut befestigte Witschaftswege ca. 70% befahren.

Für jeden Teilnehmer besteht Helmpflicht.

Die Startnummer ist am Rücken zu tragen.

WECHSEL 2

Abstiegspunkt ist am Ende der Radstrecke zu beachten.

In der Wechselzone haben nur Teilnehmer*innen und eingesetzte Helfer des Veranstalters Zutritt. Betreuern ist der Zutritt verwehrt.

DAS LAUFEN

Wendepunktstrecke auf gut befestigten Wirtschaftswegen.

Die Startnummer ist vorne zu tragen.

Änderungen bleiben vorbehalten.

COACHING, EVENTS & MORE

WEndurance GbR

COACHING, EVENTS & MORE

EST. 2022



AUSDAUERSPORT

TRIATHLON

SCHWIMMKURS

TRAININGSCAMP

LAUFANALYSE

LAKTATMESSUNG



KENNST DU SCHON UNSERE LEISTUNGEN?

WWW.WENDURANCE.DE

UMFRAGE MIT 141 TEILNEHMER*INNEN

HELFER*INNEN

31 %

HABEN SICH NOCH AN KEINER VERANSTALTUNG BETEILIGT

Wenig Wertschätzung, Undankbarkeit, Langeweile sind die meist genannten Gründe

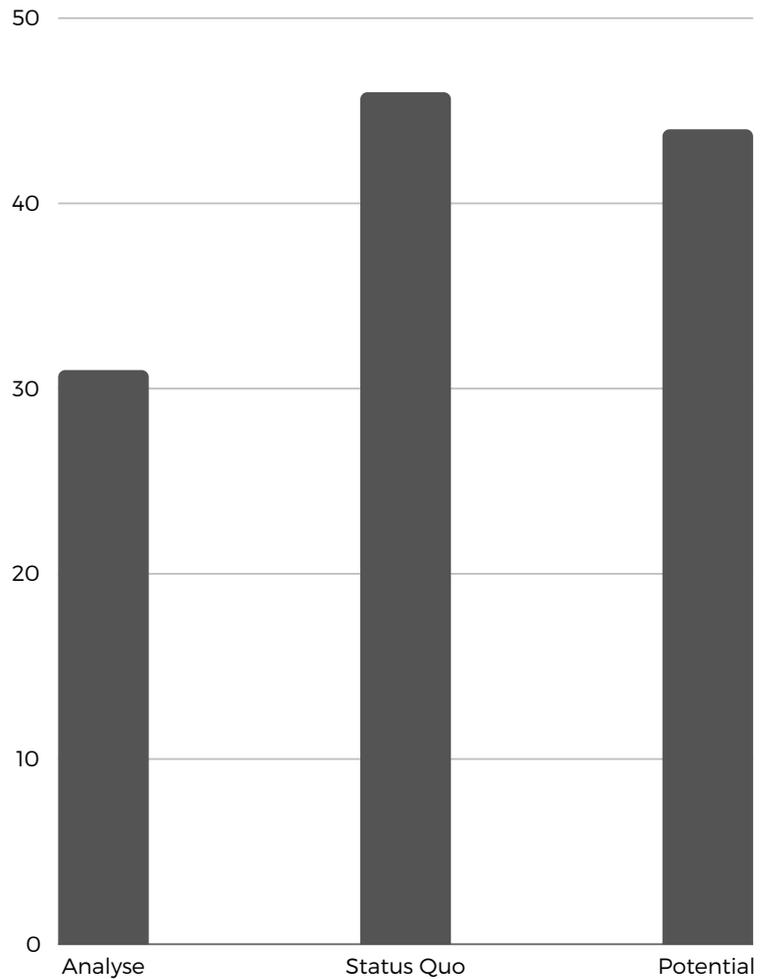
46 %

ENGAGIEREN SICH BEREITS AN EVENTS

Über 90 % wollen dieses weiterführen oder ausbauen

44 %

MÖCHTEN ZUKÜNFTIG GERNE UNTERSTÜTZEN



Quelle: Bayerischer Triathlonverband

HELFER

**Worte von Johannes Seilnacht
Ressortleiter, Helfer**

*„Alle Helfer sind ein
wesentlicher Bestandteil
des gesamten Events“*



Zu den Helferjobs

Wir waren in 2023 sehr stolz auf unsere vielen Helfer. Gerade die umliegenden Vereine haben uns unglaublich unterstützt und auch dies für 2024 wieder zugesagt.

Natürlich dürfen wir hier die Helfer der Feuerwehren nicht vergessen, denen wir ebenfalls sehr dankbar für ihren Einsatz sind.

Mit aktuell 79 Mitgliedern ist die Abteilung Triathlon die stärkste im Verein. Die meisten davon sind als Helfer bereits Tage davor und nach dem Event im Einsatz. Diese Motivation macht uns stolz und glücklich so ein tolles Team hier in Wendelstein aufgebaut zu haben.

Auch in diesem Jahre werden alle freiwilligen Helfer wieder mit genügend Essen und Getränken versorgt werden.

Das Helfer Management wird in diesem Jahre dennoch anderes aufgebaut sein.

Auf dem Eventgelände wird es einen Infopunkt geben. Dort können sich alle Helfer vor, nach und während der Veranstaltung melden.

Zusätzlich erhalten alle einen Zeitplan und wichtige Infos als Stichpunkt auf einer "Helferkarte", so können Infos an alle Beteiligten des Events leichter weitergegeben werden.

Natürlich werden alle Helfer wieder in unseren organisierten Helfershirts gut zu erkennen sein!



FAMILIEN- FREUNDLICH

Worte von Nadine Matejka
Ressortleiterin, Kinderbetreuung

"Man geht lieber an den Start eines Wettkampfes, wenn auch für den Rest der Familie gesorgt ist."

Unser Ziel ist es ein Erlebnis für "alle" zu schaffen. Daher haben wir auch ein besonderes Augenmerk auf die Familienfreundlichkeit gelegt.

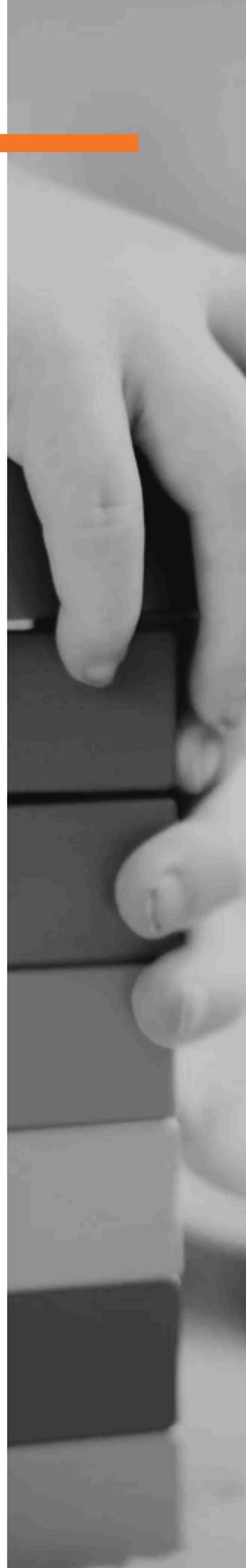
Dies bedeutet nicht nur entsprechende Umkleiden, Toiletten-Anlagen und Wertsachenaufbewahrung zur Verfügung zu stellen, denn für viele Athleten*innen ist der Ausdauersport schwierig in Einklang mit der Familie zu bringen.

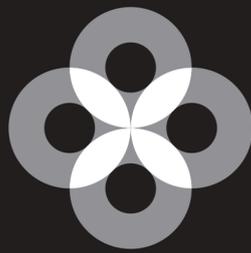
Deshalb sehen wir es als große Chance, hier einen Beitrag zu leisten. Sport sollte zugänglich für möglichst viele Menschen sein und dies wollen wir als Veranstalter auch bei Wettkämpfen möglich machen.

Das ganze beginnt bereits bei der Anreise, wir werden am Parkplatz des Gymnasium Wendelstein Parkplätze für Familien reservieren.

Damit sind die Wege zur Anmeldung und Wechselzone sehr kurz gehalten und minimieren den Organisationsaufwand der Teilnehmer*innen.

Ein besonderes Augenmerk während des Events liegt auf der Kinderbetreuung ab 6 Jahren. Diese kann über die Anmeldung zur Veranstaltung direkt kostenlos dazu gebucht werden. Wir haben für die Kids ein vielfältiges Programm erstellt. Neben Kinderschminken und einer Bastelstation wird es weitere sportliche Angebote wie z.B. Bogenschießen und Einradfahren geben. Außerdem werden die Kinder mit einem gesunden Snack von uns versorgt, bis sie von ihren Eltern wieder abgeholt werden.





elements

BAD / HEIZUNG / ENERGIE



DIE WELT

Service-Champions

im erlebten Kundenservice

ELEMENTS

Nr. 1 der Badausstatter

Im Ranking:
14 Badausstatter

www.service-champions.de
ServiceValue GmbH 10|2023

Verantwortlich für Kundenbefragung und Auszeichnung
ist die ServiceValue GmbH

DER EINFACHSTE WEG ZUM NEUEN BAD

DIE BADAUSSTELLUNG IN IHRER NÄHE.



ELEMENTS WENDELSTEIN
RICHTWEG 100 90530
WENDELSTEIN T +49 9129 9070300
E wendelstein@elements-show.de

ELEMENTS FÜRTH
HANS-VOGEL-STR. 42
90765 FÜRTH
T +49 911 7805780
E fuerth@elements-show.de

ELEMENTS ANSBACH
SCHALKHÄUSER LANDSTR. 28
91522 ANSBACH
NEUERÖFFNUNG AB SEPTEMBER 2024

ELEMENTS NEUMARKT
NÜRNBERGER STR. 48
92318 NEUMARKT I.D. OBERPFALZ
T +49 9181 4618420
E neumarkt@elements-show.de

ELEMENTS ERLANGEN
AM HAFEN 2
91056 ERLANGEN
T +49 9131 7191520
E erlangen@elements-show.de

 **ELEMENTS-SHOW.DE**

ENTERTAINMENT MODERATION

FINISHLINE

- Zielkanal
- Neues Konzept zur Siegerehrung



In 2024 haben wir das komplette Konzept des Zieleinlauf neu aufgebaut. Zielteppich und Zielkanal werden für ein noch besseren Finishline-Moment sorgen.

Die Moderation erfolgt wieder durch Florian Wenzel, der neben der ein oder anderen Information zu den Startenden auch die Wettkampfbesprechung vor dem Rennen übernimmt.

Für den perfekten Beat wird Adam Lemm vom Unternehmen Ilemmination sorgen.

Durch ein zweites Soundsystem können wir in diesem Jahr sogar die Siegerehrungen parallel zu den Rennen durchführen und hier einen weiteren Feedback Punkt ausführen. Gerade beim Schüler D und C Rennen wird so die Wartezeit für diese deutlich reduziert. Diese Moderation lässt sich auch in 2023 der Rennleiter, Tim Feuerlein, nicht nehmen.

Ihr könnt also gespannt sein was euch alles am Renntag erwartet und wir freuen uns gemeinsam mit euch einen unvergesslichen Tage zu erleben.

WETTKAMPF

VERPFLEGUNG

ZIELVERPFLEGUNG

- Obst
- frische Waffeln
- Kuchen



Ein großer Fokus wird von uns auf das Thema Verpflegung gelegt.

Wir werden hier allen Teilnehmer*innen einen absoluten Mehrwert bieten. Neben Obst und Kuchen, wie auch bei anderen etablierten Events, werden wir zusätzlich frische Waffeln anbieten.

Diese werden von uns mit einem großen Team frisch auf Basis des Rezeptes von "Mama Doris" produziert. Einen ersten Test haben wir bei unserem internen Streckencheck durchlaufen. Alle waren begeistert und wir freuen uns auch hier schon auf euer Feedback.

Natürlich wird es an alkoholfreien Getränken im Zielbereich nicht mangeln. So können direkt wieder alle Speicher aufgefüllt werden.

Verpflegung mit Wasser auf der Strecke wird es an der Wechselzone, Übergang Laufstrecke, geben. Ebenso im Hauptrennen auf der ersten Laufrunde bei ca. km 5 und der zweiten Laufrunde bei km 2,5 wird es eine Getränkestelle geben.

Am Fahrrad muss selbst für Verpflegung gesorgt werden.

BIERGARTEN



OPTIMUM
BIERGARTEN

IN DER GIBITZEN 30
90530 WENDELSTEIN

ÖFFNUNGSZEIT
10.00 UHR BIS 18.00 UHR

Direkt im Zielbereich befindet sich unser Biergarten, wo wir unsere Gäste und alle Fans des Ausdauersports willkommen heißen.

Für alle gibt es Kuchen und Kaffee, Bratwürste, aber auch Vegetarisches, dazu Bier und verschiedene alkoholfreie Getränke.

Am Nachmittag wird es dann Eis aus dem Eismobil am Vereinsgelände bei der After-Race-Party geben. Bei schlechten Wetter verlagern wir diesen in unsere Radsporthalle.

MEDIZINISCHE VERSORGUNG



MALTESER HILFSDIENST E.V.
WENDELSTEIN

IN DER GIBITZEN 27A
90530 WENDELSTEIN

NOTFALLNUMMER
0152 31988589

Der Malteser Hilfsdienst e.V. wird uns am Renntag bei der medizinischen Versorgung unterstützen. Die Anlaufstelle hierzu wird sich direkt im Start- und Zielbereich befinden.

Die Dienststelle befindet sich an der Strecke und ist fußläufig in wenigen Minuten erreichbar. Sollten Rückfragen oder ein Notfall vorliegen, dann kontaktieren Sie uns unbedingt über die Notfallnummer. Wir hoffen auf ein unfallfreies Rennen aller Teilnehmer*innen.



BTV
BAYERISCHER TRIATHLON-VERBAND

**VERANSTALTUNG
GENEHMIGT**
02-24-03-05574



DTU



2024



FAMILIEN-
FREUNDLICHER
DUATHLON

DEUTSCHE TRIATHLON UNION



NACHHALTIG

IM BAYERISCHEN TRIATHLON-VEBAND E.V.



BTV

memmert

NACHWUCHSCUP

2. TEAM OPTIMUM X RADLER-CLUB WENDELSTEIN 1913

DUATHLON

WENDELSTEIN   



15.09.2024

WWW.TEAMOPTIMUM.DE



 **GEMEINDEWERKE WENDELSTEIN**
Ihr Partner vor Ort

DR. HEILBRONNER
Premium Natural Supplements

GIENGER & FUNK
HAUSTECHNIK 

FESER & GRAF 

 **Sparkasse Mittelfranken-Süd**

WATERCryst[®]
Wassertechnik

 **ACTEMIUM**

 **Ströbel elektro GmbH**
Telefon (0 91 29) 99 46