



Short-Track Triathlon

Digitales Wettkampf Briefing, ersetzt die Wettkampfbesprechung...!

2026 Four Friends Mixed Team Relay





18. Short-Track Triathlon

Verantwortliche

Position	Name	E-mail	Telefon
Rennleitung	Martin Aring	martin.aring@tusgriesheim.de	0151 / 29109409
Wettkampfgericht	Präsidium HTV	geschaeftsfuehrer@triathlonhessen.de	
Einsatzleiter Kampfrichter	Kai Larsen		
Schiedsgericht	Ralf Stolz		
Johanniter Unfallhilfe	Florian Beck		0162 / 4110349
Verbandsvertreter	Jens Kleinert	geschaeftsfuehrer@triathlonhessen.de	
Technischer Delegierter			
Veranstaltervertreter	Dierk Kraft (1. Vorsitzender TuS Griesheim Triathlon Abteilung)	dierk.kraft@tusgriesheim.de	
Moderation Hallenbad (Kontakt für Durchsagen)	Jörg Peter Beermann		0151 / 27708655
Moderation Zieleinlauf (Kontakt für Durchsagen)	Peter Schulheiß		0151 17656049



18. Short-Track Triathlon

Zeitplan & Startnummernkreise

Der Zeitplan kann sich bis 2 Tage vor dem Wettkampf noch geringfügig ändern. Bitte unbedingt das Updates auf der Website beachten!

Lauf	Klasse / Liga	Startzeit	Sieger- ehrung ca.	Check-In Beginn	Check-In Ende	Check-Out Beginn	Check-Out Ende	Startnummern- kreise
1	Sprint 1. Senioren Liga	08:00	10:20	06:30	07:30	09:50	12:00	1 - 70
2	Sprint 2. Senioren Liga	08:20	10:20	06:50	07:50	09:50	12:00	71 - 140
3	Sprint Masters Liga	08:40	10:40	07:10	08:10	10:10	12:30	141 - 200
4	FourFriends MTR	09:00	11:40	07:30	08:30	10:30	13:30	900 - 936 abcd
4	Sprint Offene Klasse	09:00	12:00	07:30	08:30	10:30	13:30	201 - 350
5	Sprint Offene Klasse	09:20	12:00	07:50	08:50	10:30	13:30	201 - 350
6	Sprint Offene Klasse	09:40	12:00	08:10	09:10	10:30	13:30	201 - 350
7	Sprint Offene Klasse	10:00	12:00	08:10	09:10	10:30	13:30	201 - 350
7	Sprint Staffel, Offene Klasse	10:00	12:00	08:10	09:10	10:30	13:30	941 - 980 abc
8	Junioren	10:20	12:10	08:50	09:50	11:20	13:30	351 - 420
9	Jugend A	10:40	12:30	09:10	10:10	11:40	13:30	351 - 420
10	Jedermann Offene Kl.	11:00	12:40	09:30	10:30	12:30	13:30	421 - 500
11	Jugend B	11:20	13:00	09:50	10:50	12:50	13:30	501 - 580
12	Schüler A	11:40	13:20	10:10	11:10	13:00	13:30	581 - 660
13	Schüler B	12:00	13:30	10:30	11:30	12:30	13:30	661 - 740
14	Schüler C	12:20	13:40	10:50	11:50	12:30	13:30	741 - 800
15	Schüler Challenge	12:40	Finisher Foto	11:10	12:10	12:50	13:30	801 - 870

Parcourbeginn Schüler B 10:00 Uhr / Schüler C 10:30 Uhr



18. Short-Track Triathlon

Zeitstrafen

Disqualifikation wird ausgesprochen bei,

- bei mehr als zwei Zeitstrafen für sonstige Vergehen oder,
- bei mehr als zwei Zeitstrafen mit einem Windschattenverstoß und einem sonstigen Vergehen oder,
- bei mehr als einer Zeitstrafe für Windschattenverstoß auszusprechen

Durchführung der Zeitstrafen:

1. Windschattenfahren, in der Penalty Box zu Beginn der Laufstrecke
2. Schwimmbrille, Badekappe nicht in der Box, in der Penalty Box zu Beginn der Laufstrecke
3. Radab - und Aufstieg, An der Auf-Abstiegsmarkierung oder kurz danach in der WZ
4. Rad nicht korrekt eingehängt, Zeitaddition auf die Endzeit
5. Helm nicht in der Box, Zeitaddition auf die Endzeit
6. Ablegen der Unterrarme auf den Lenker, (Gilt nicht für die Aerobar) in der Penalty Box zu Beginn der Laufstrecke

Anzeigen der Zeitstrafen erfolgt durch:

- a. Windschattenfahren: Akustisches Signal, Ansprechen mit der Startnummer, Zeigen der blauen Karte unter Mitteilung der Zeitstrafe und Aufforderung, den Regelverstoß zu beseitigen.
- b. Sonstige Vergehen: Akustisches Signal, Ansprechen mit der Startnummer, Zeigen der gelben Karte unter Mitteilung der Zeitstrafe und Aufforderung, den Regelverstoß zu beseitigen.



18. Short-Track Triathlon

Zeitstrafen

Vergehen	Sprint Distanz	Jedermann / Mixed Team Relay	Jugend B / Schüler A	Schüler B	Schüler C
Schwimmbrille, Badekappe, Laufschuhe, Startnummernband nicht in der Box	10 Sek.	5 Sek.	5 Sek.	5 Sek.	5 Sek.
Radaufstieg vor der Linie	10 Sek.	5 Sek.	5 Sek.	5 Sek.	5 Sek.
Radabstieg hinter der Linie	10 Sek.	5 Sek.	5 Sek.	5 Sek.	5 Sek.
Rad nicht korrekt eingehängt	10 Sek.	5 Sek.	5 Sek.	5 Sek.	5 Sek.
Helm nicht in der Box	10 Sek.	5 Sek.	5 Sek.	5 Sek.	5 Sek.
Ablegen der Unterarme auf den Oberlenker (Gilt nicht für die Aero bar)	10 Sek.	5 Sek.	5 Sek.	5 Sek.	5 Sek.
Windschattenfahren	30 Sek.	15 Sek.	5 Sek.	5 Sek.	5 Sek.



18. Short-Track Triathlon

Siegerehrung

Sprint Distanz	Sprint Staffel	Jedermann	FourFriends MTR	1. Senioren Liga	2. Senioren Liga	Masters Liga	Junioren	Jugend A	Jugend B	Schüler A	Schüler B	Schüler C	Schüler Challenge
M / W	Teamwert.	M / W	Teamwert.	M / W Teamwert.	M / W Teamwert.	M / W Teamwert.	M / W	M / W	M / W	M / W	M / W	M / W	M / W
AK 20 - 24	Overall	AK 20 - 24	Overall	AK 20 - 24	AK 20 - 24	AK 20 - 24	Overall	Overall	Overall	Overall	Overall	Overall	Finnischer Foto
AK 25 - 29		AK 25 - 29		AK 25 - 29	AK 25 - 29								
AK 30 - 34		AK 30 - 34		AK 30 - 34	AK 30 - 34								
AK 35 - 39		AK 35 - 39		AK 35 - 39	AK 35 - 39								
AK 40 - 44		AK 40 - 44		AK 40 - 44	AK 40 - 44								
AK 45 - 49		AK 45 - 49		AK 45 - 49	AK 45 - 49								
AK 50 - 54		AK 50 - 54		AK 50 - 54	AK 50 - 54								
AK 55 - 59		AK 55 - 59		AK 55 - 59	AK 55 - 59								
AK 60 - 64		AK 60 - 64		AK 60 - 64	AK 60 - 64								
AK 65 - 69		AK 65 - 69		AK 65 - 69	AK 65 - 69								
AK 70 - 74		AK 70 - 74		AK 70 - 74	AK 70 - 74								
AK 75 - 79		AK 75 - 79		AK 75 - 79	AK 75 - 79								

Finisher Medaillen gibt es für alle Teilnehmer bei der Siegerehrung. Nach der Ehrung der ersten 3 Platzierungen eines jeden Rennens, werden alle Teilnehmenden aufgerufen, um ihre Medaillen abzuholen.

Die Siegerehrungen finden nach der 30 minütigen Einspruchsfrist nach Einlauf der letzten Teilnehmer*innen statt.



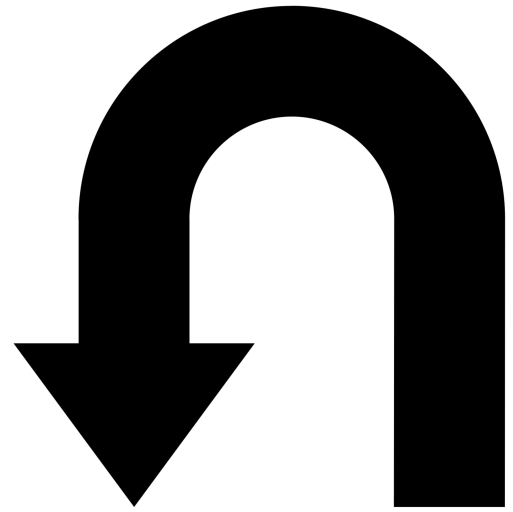
18. Short-Track Triathlon

Radstrecke, Neue Wendepunkt Beschilderung

Alle Wendepunkte sind ab dem Rennbeginn aufgebaut.

R9

Wendepunkt
2. Runde
Sprint Distanz

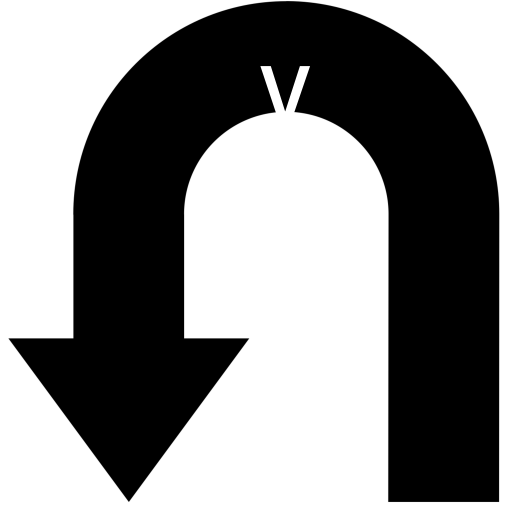


Überholverbot
im Wendepunkt

R10

Wendepunkt
Schüler C

Schüler
Challenge

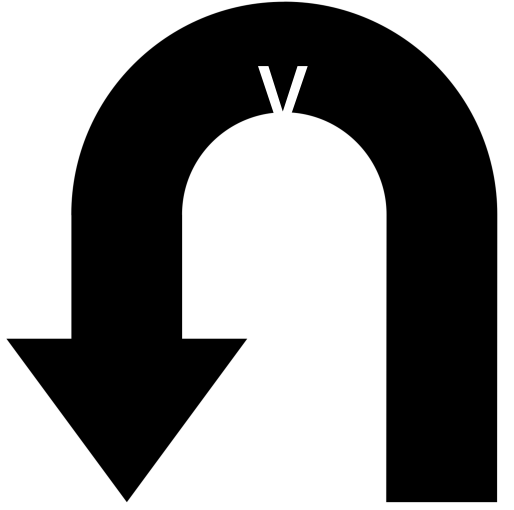


Überholverbot
im Wendepunkt

R11

Wendepunkt
Schüler B

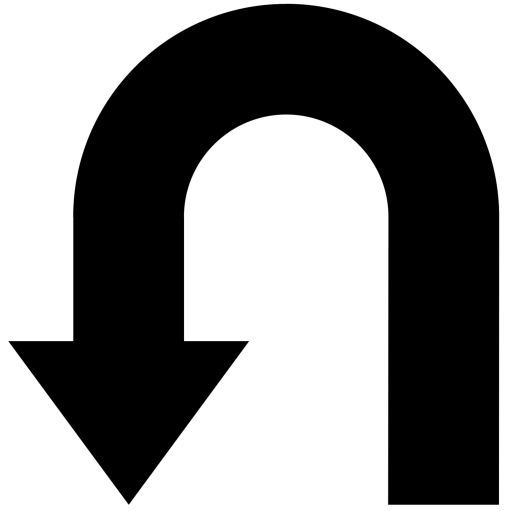
Mixed Team
Relay



Überholverbot
im Wendepunkt

R13

Wendepunkt



Überholverbot
im Wendepunkt



18. Short-Track Triathlon

FourFriends Mixed Team Relay

Offene Klasse



Hallenbad

225 Meter Schwimmen, danach über W1 in die Wechselzone 2

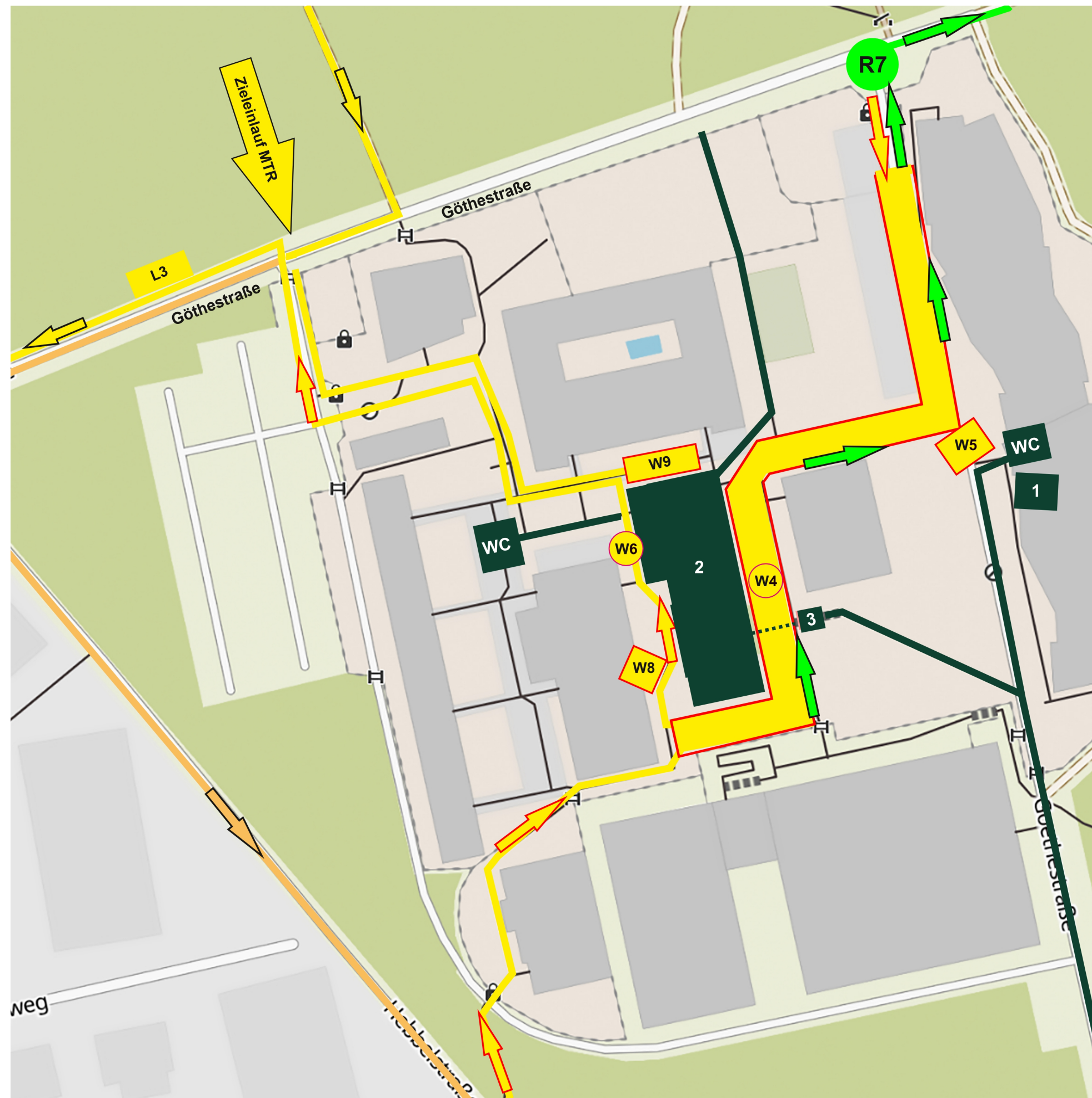
- Auf Bahn 1, 9 Bahnen sind zu schwimmen, Bahnen sind eigenverantwortlich zu zählen, Helfer Informieren bei zu wenig Bahnen
- Kopfsprünge und Sprünge über die Leinen sind Verboten
- Jedes Schwimmen startet mit dem Abstoßen an der Wand
- W1 gelbe Laufrichtung, zur großen Wechselzone W4
- Orangene Laufrichtung führt hinter dem Hallenbad in Richtung Übergabe
- Abklatschen, Übergabe vor dem Hallenbad
- **Vorsicht bei den Matten, nicht schon im Wartebereich den Chip zum Start auslösen...!**



18. Short-Track Triathlon

FourFriends Mixed Team Relay

Offene Klasse



W4 Wechselzone,

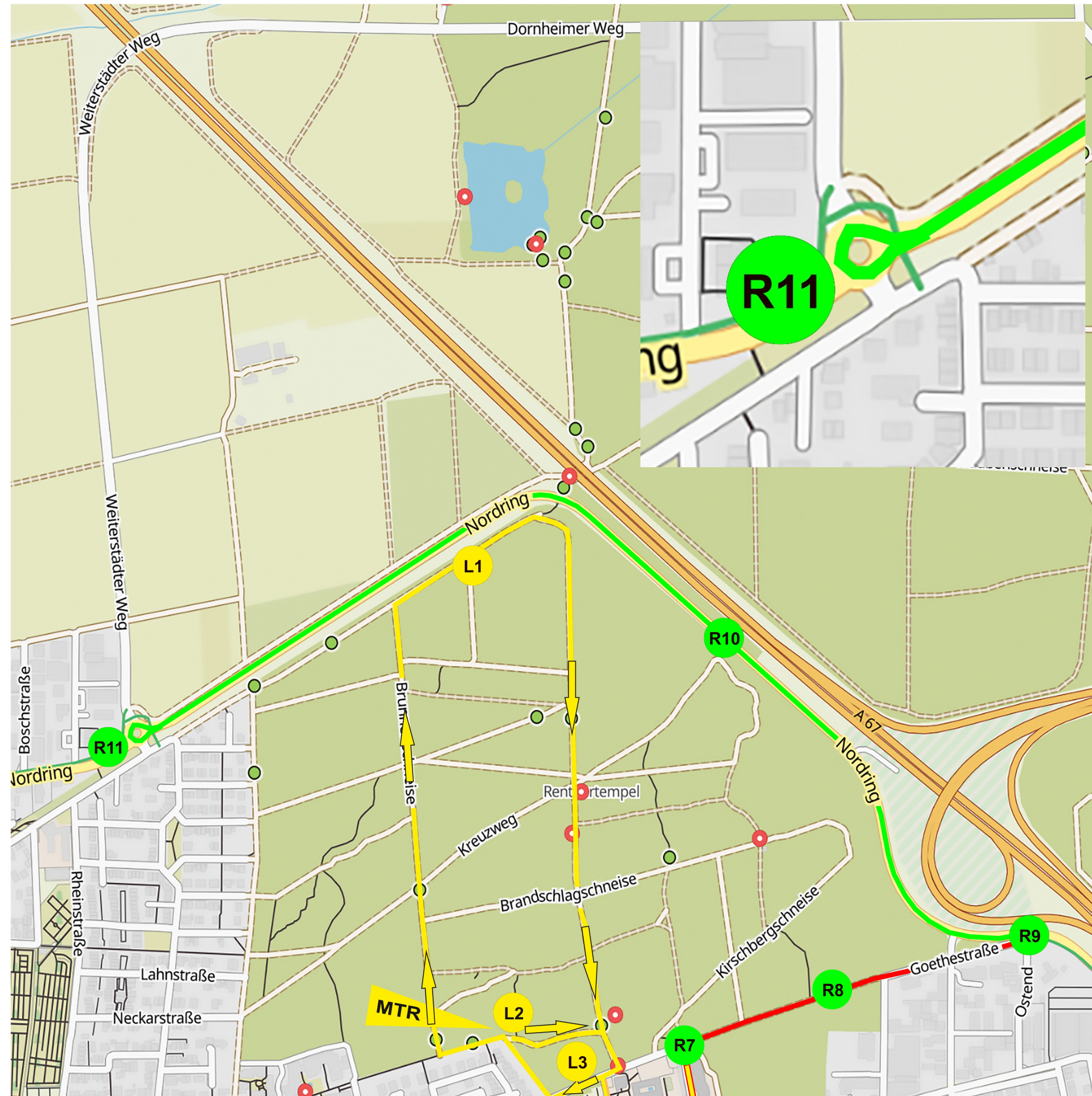
- Grüne Richtungspfeile, weg zum Radaufstieg / Radabstieg
- W8 Penalty Box
- W6 Zur Laufstrecke
- Auf der Laufstrecke Goethestraße geht es nach ca 150m rechts in den Stadtwald.
- W9 Zieleinlauf. Die letzte Athletin läuft nach der Stadtwaldrunde zurück in die WZ in den Zielkanal



18. Short-Track Triathlon

FourFriends Mixed Team Relay

Offene Klasse



5 Kilometer Radstrecke

- 1 Runde muss gefahren werden, Wendepunkt R11
- R7 Radaufstieg / Radabstieg
- R8 Überholverbot
- R9 Wendepunkt zur 2. Runde, **Nur Sprint Distanz**
- R11 in der Zufahrt zum Wendepunkt auf dem Fahrstreifen links einordnen damit Athleten der Sprint Distanz rechts vorbei fahren können
- R11, **Vorsicht im Kreisel!**

1 Kilometer Laufstrecke L2

- 1 Runde L2 muss gelaufen werden, Nach Verlassen der Wechselzone auf die Goethestraße geht es nach 150m rechts in den Stadtwald. Die Laufstrecke ist durch die Umleitung ca. 300m länger.
- L3 Wasserstelle
- Die Zielläuferin der MTR läuft nach der Stadtwaldrunde zurück in die WZ. Laufrichtung Ziel ist Ausgeschildert.



18. Short-Track Triathlon

Anfahrt & Parken

Griesheim ist nach und vor dem Wettkampf ohne Probleme anzufahren. Lediglich aus Weiterstadt kommend ist die Abbiegung Gehaborner Weg auf den Dornheimer Weg Richtung Griesheim gesperrt. Hier muss über Darmstadt gefahren werden.

Navigationsadressen

P1. Am Felsenkeller, 64347 Griesheim

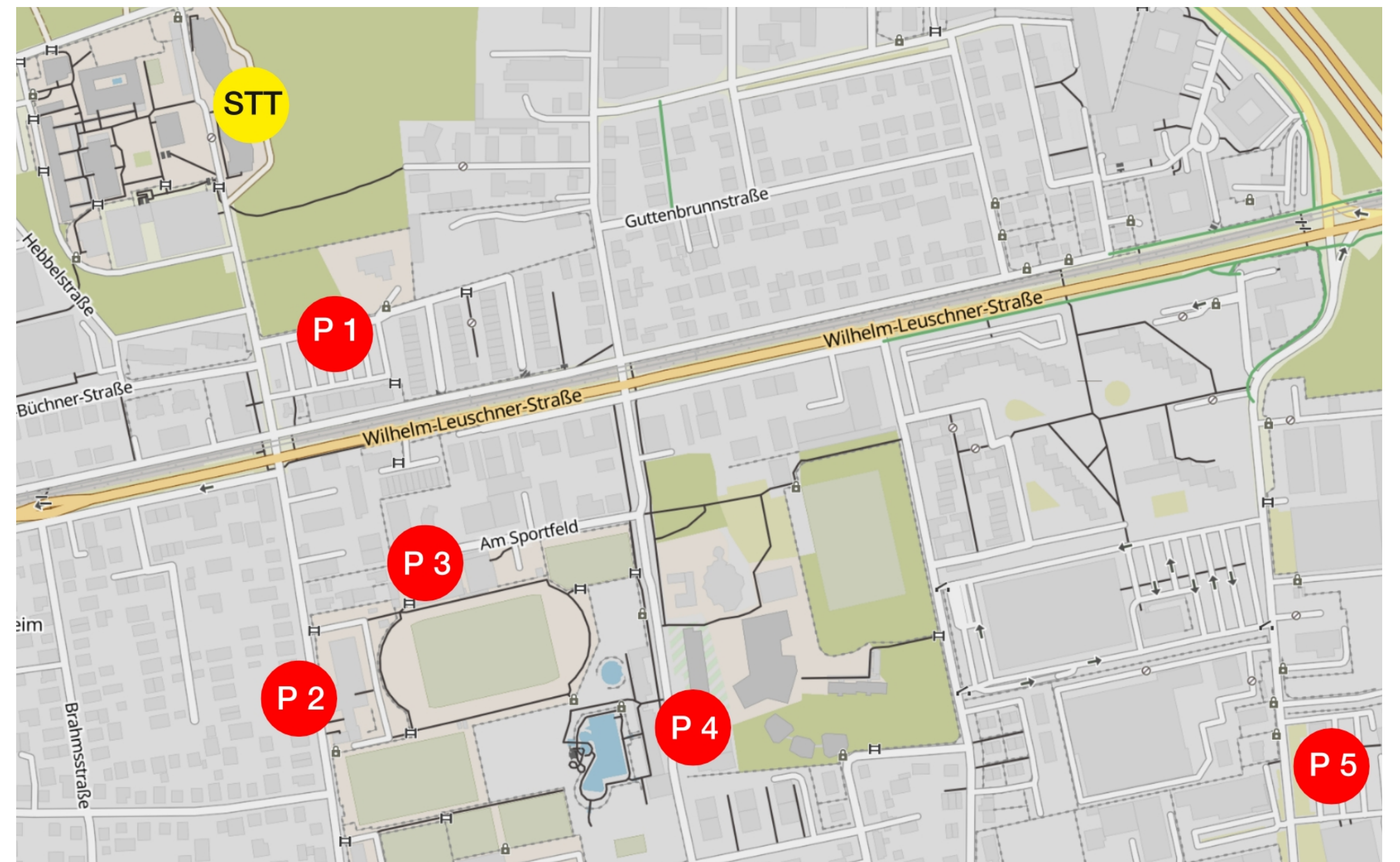
P2. TuS Griesheim, Jahnstraße 20 64347 Griesheim

P3. Kultus TuS Griesheim, Am Sportfeld, 64347 Griesheim

P4. Am Freibad 7-9, 64347 Griesheim

P5. Fahrrad Franz XXL, Flughafenstraße 14, 64347 Griesheim

STT Wettkampfgelände





18. Short-Track Triathlon

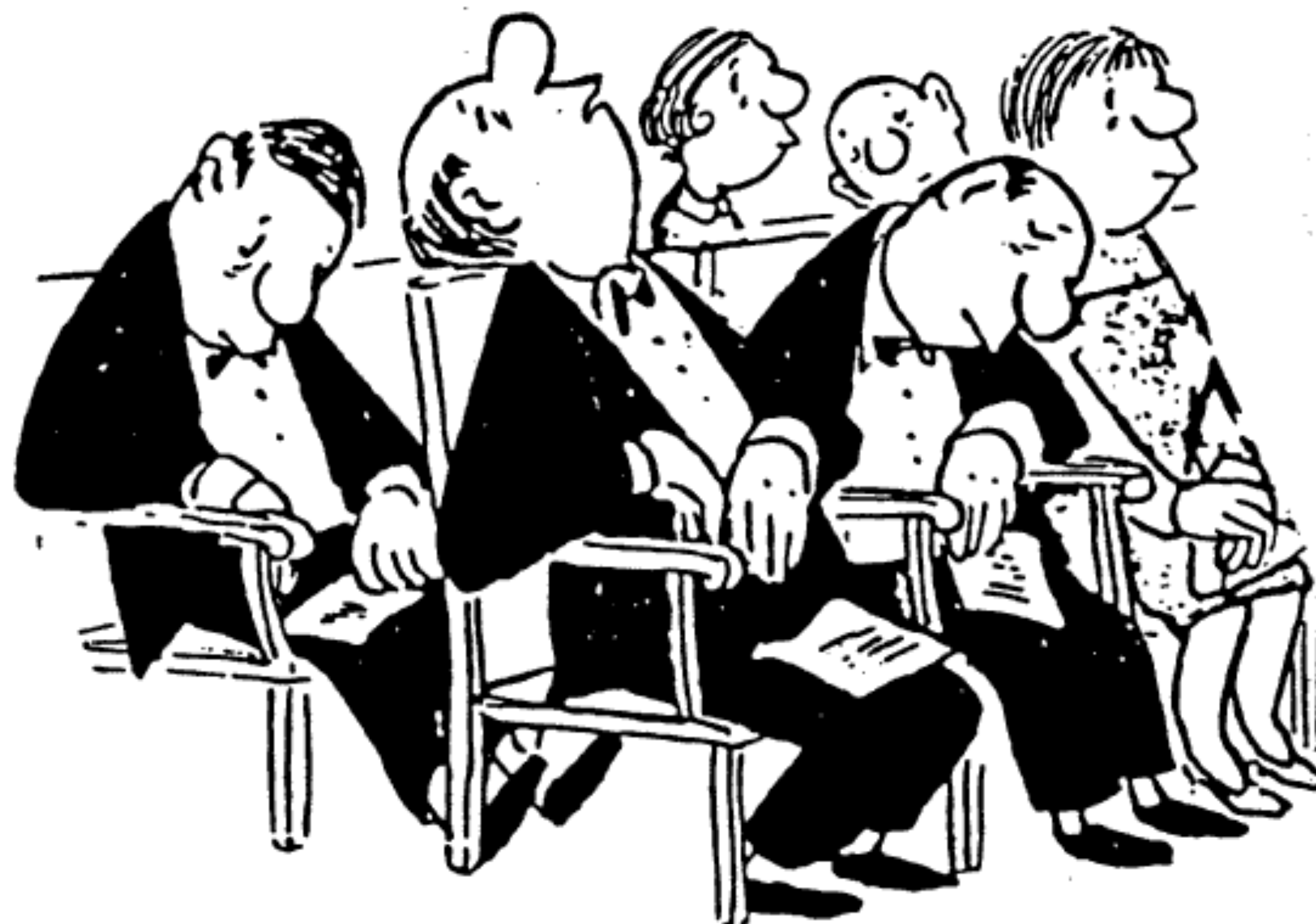
Noch Fragen...?

Kontakt Rennleitung:

Martin Aring
Tel: 0151 / 29109409
E-Mail: martin.aring@tusgriesheim.de

Veranstalter Vertreter:

Dierk Kraft
1. Vorsitzender, TuS Griesheim Tria
E-Mail: dierk.kraft@tusgriesheim.de



Lorient