



# 37. RUN & BIKE

## HAMBURGER RUN & BIKE

### Teilnehmerinformation

- **Zeiten**
  - 9:40 Uhr Schließung der Wechselzone
  - 9:50 Uhr Wettkampfbesprechung mit Anwesenheitspflicht
  - 10:00 Uhr Gemeinsamer Start von Einzel- und Staffelfstartern
  - 13:15 Uhr Wettkampfende und Beginn der Verlosung
  - 13:15 Uhr Ende der Bewachung der Wechselzone
  - 13:30 Uhr Siegerehrung
- **Startnummer** Beim Laufen auf der Brust, beim Radfahren auf dem Rücken
- **Wechselzone** Der Fahrradstellplatz kann frei gewählt, darf aber während des Wettkampfs nicht gewechselt werden. Fahrrad vorwärts am Sattel aufhängen. Für Staffeln gibt es einen eigenen Bereich. In der Wechselzone keine Taschen aufbewahren.
- **Regeln** Es besteht Helmpflicht ab der Aufnahme des Rades in der Wechselzone. Die Benutzung von Abspiegelgeräten für Musik sowie von Navigationsgeräten ist nicht erlaubt. Im Bereich der Wechselzone darf das Fahrrad nur geschoben werden. Der Verdacht des Windschattenfahrens wird vom Kampfrichter angezeigt und führt zu einer Zeitstrafe von 2 Minuten in der Strafbox nach dem Radfahren.  
Es gilt die Straßenverkehrsordnung StVO.  
Das Rechtsfahrgebot ist einzuhalten.  
Zum Überholen darf die Fahrbahnmitte nie überschritten werden.  
Während des gesamten Wettkampfs ist jede Hilfe von außen untersagt. Das gilt auch für Begleitungen.  
Die Teilnehmenden sind für die Sicherheit ihrer Ausrüstung selbst verantwortlich.  
Jede Abkürzung der Wettkampfstrecke führt zur Disqualifikation.  
**Das Regelwerk der DTU findet sich auf [www.triathlonddeutschland.de](http://www.triathlonddeutschland.de)**
- **Verpflegung** Im Startbereich und auf der Laufstrecke
- **Radausgabe** Teilnehmer/innen können ihre Fahrräder nur gegen Abgabe der Startnummer abgeben. Diese Nummer ermöglicht außerdem die Teilnahme an der Verlosung.

**Wir wünschen allen einen erfolgreichen, sicheren und fairen Wettkampf!**