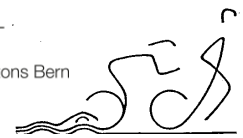




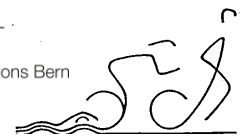
Wettkampf Informationen

FMS2 Duathlon

- Datum:** **Dienstag, 11.6.2024** (Ersatzdatum: Do, 13.6.2024)
Am Ersatzdatum findet der Duathlon bei jedem Wetter statt.
- Ort:** Belp, **Giessenbad**
Radstrecke um den Flugplatz und Laufstrecke entlang der Aare. Die Strecken sind markiert.
- Distanzen:**
- | | | |
|------|--------------|-------------------|
| lang | 18.9km / 5km | Kat. DuaD1/ DuaH1 |
| kurz | 12.6km / 3m | Kat. DuaD2/ DuaH2 |
- Startzeit:** Ist separater Startliste zu entnehmen. Ein Wechsel in eine andere Kategorie ist ab Ende Mai nicht mehr möglich.
- Material:**
- Velo
 - Helm
 - ev. Sonnenbrille
 - Joggingschuhe
 - Fr. 2.- für Spint-Depot



- Radstrecke:**
- Die Radstrecke ist aus den Trainings allen bekannt und wird deshalb nur an einzelnen Stellen mit Wegweisern/ Bodenmarkierungen ausgeschildert.
 - **ACHTUNG:** Die Radstrecke ist nicht abgesperrt; es gelten die Verkehrsvorschriften. Das Tragen eines Helms ist obligatorisch.
 - Musik hören ist nicht erlaubt.
 - Bei falscher Umfahrung des Kreisels: 5 Minuten Zuschlag plus Vermerk (Zuschlag Kreisel) auf der Rangliste.
- Laufen:** Umkehrstrecke. Musik hören ist nicht erlaubt.
- Zeitmessung:** mittels Finger-Badge (bekannt aus dem OL). Die Zeitmessung wird mit dem Auslösen des Badges in die SI-Einheit ausgelöst. Danach wird weitere vier Mal gestempelt:
- Nach der Velostrecke
 - Vor dem Lauf
 - Umkehrpunkt Lauf
 - Ziel
- Sanitätsposten:** Beim Eingang zum Giessenbad für die Schüler: innen
- Lehrkräfte & Helfer: innen:** tragen eine Leuchtweste oder ein Überziehleibchen
- Startnummer:** mit Filzstift auf Handrücken
- Unterrichtsbeginn:** um **13.45!** Gilt für alle!



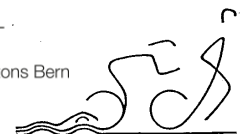
- Rangverkündigung:** Am Donnerstag in der grossen Vormittagspause in der Arena zwischen Mediothek und Mensa. Beim Verschiebedatum am Freitag um 12:40. Die ersten sechs Platzierten erhalten einen Preis.
- Versicherung:** ist Sache der Teilnehmenden
- Kosten:** Fr. 6.50 wird dem Klassenkonto belastet.
- Helferinnen und Helfer:** Verletzte und vom Sport dispensierte Schüler: innen melden sich so früh wie möglich bei der Sportlehrkraft und am Wettkampftag um 07.50 beim Schülereingang zum Bad. Sonnenschutz und etwas zum Trinken nicht vergessen.
- Reise:** Hinreise per ÖV: Bern ab 07.12/ Wabern ab 07.11, umsteigen in Belp ab 07.29, Giessenbad an 07.37. Rückreise: Giessenbad ab 11.48, umsteigen in Belp ab 12.09, Ankunft in Wabern 12.18
- Entscheid über die Durchführung:** Ob der Duathlon stattfindet oder nicht, wird am Montag ab 14.00 am Anschlagbrett und auf der Homepage unserer Schule zu erfahren sein.
- Absenzen:** Wer am Triathlon krank ist, muss sich zwingend **am Tag selber von 07:30 bis 07:55** bei Frau Leuenberger (078 689 48 72) **telefonisch** (!keine SMS/ Mail!) **abmelden**, ansonsten gilt eine unentschuldigte Absenz. Generell gilt, wer nicht aktiv teilnehmen kann, wird als Helfer: in eingesetzt und meldet sich vor Ort bei der Anmeldung.



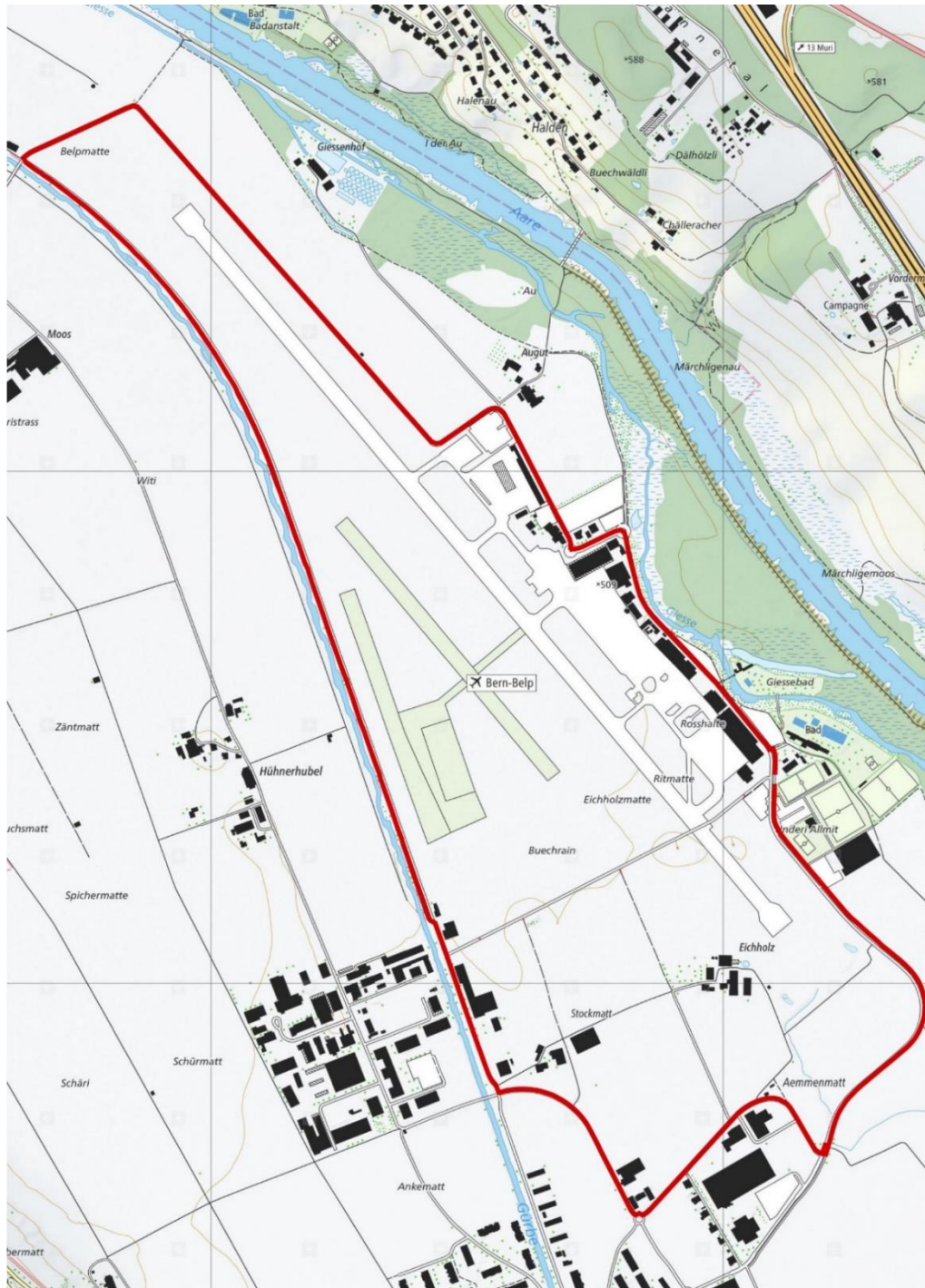
- Grundsätzliches Verhalten:**
- Da es sich um einen Schulanlass handelt, gilt ein allgemeines Rauch- und Alkoholverbot.
 - Das Schwimmen in der Aare können wir während dieser Zeit nicht erlauben.
 - Wir wollen einen fairen sportlichen Anlass
 - Widerhandlungen gegen die Verkehrsvorschriften und die Dopingbestimmungen führen zum Ausschluss.
 - korrektes Verhalten im Giessenbad, Baden und Schwimmen nach dem Duathlon auf eigene Verantwortung.
 - Bei Abbruch des Duathlons: unbedingt Meldung bei der Zeitnahme im Ziel oder bei der Anmeldung.

- Preise:**
- Die Preise werden gestiftet von:
 - Sportfonds Kanton Bern





Radstrecke

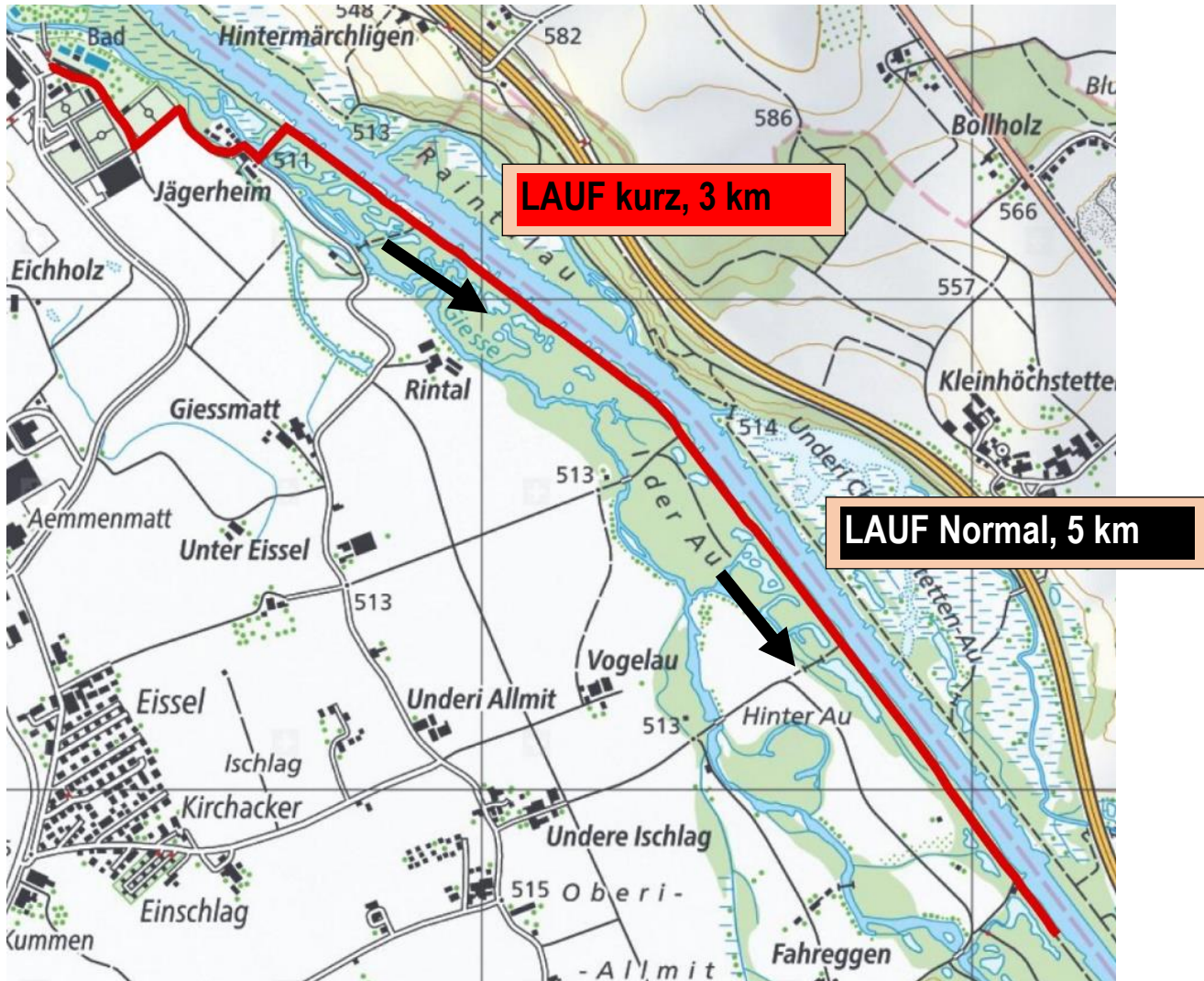


1 Runde um den Flugplatz = 6.3km

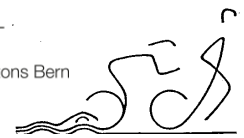
DuaD1/ DuaH1: 3 Runden
DuaD2/ DuaH2: 2 Runden



Laufstrecke



Umkehrpunkte nach der Hälfte der Laufstrecke



Wechselzone



- A: Anmeldung
 If: Information
 W1: Veloplatz
 W2: Veloplatz nach der Radstrecke
 Zeitnahme (Blitz):
- Start Velostrecke
 - Nach der Velostrecke
 - Vor dem Lauf
 - Umkehrpunkt Lauf
 - Ziel