



## Ausschreibung zum 19. Rheinstetten Triathlon mit Staffelteilnahme

- **Veranstaltungsort:** 76287 Rheinstetten, Karlsruher Straße 76
- **Veranstaltungstag:** Sonntag, 19. Juli 2026
- **Veranstalter:** FV Sportfreunde Forchheim 1911 e.V.
- **Organisation:** Herbert Kastner, Rainer Beck, Marcus Abler
- **Schirmherrschaft:** Oberbürgermeister Sebastian Schrempf
- **Wettkampfformen:** Einzelstart: nach Altersklassen  
Staffelstart: 3 Teilnehmer je Staffel, je Disziplin ein Starter  
Staffelarten: männlich, weiblich, mix
- **Startberechtigt:** Startberechtigt sind alle Athletinnen und Athleten ab 18 Jahren.  
Eine Vereinszugehörigkeit ist nicht erforderlich.
- **Anmeldung:** Über die Online-Anmeldung: [www.sportfreunde-forchheim.de](http://www.sportfreunde-forchheim.de)
- **Informationen:** [rheinstetten-triathlon@fvf1911.de](mailto:rheinstetten-triathlon@fvf1911.de)
- **Meldeschluss:** Samstag, 04. Juli 2026  
oder bei Erreichen des Teilnehmerlimits.

- **Startgebühren:** Einzelstarter 46,- EUR + 1,- EUR Becherpfand  
 Staffel 70,- EUR + 3,- EUR Becherpfand
  
- **Verbandsabgaben:** In den Startgebühren sind die Verbandsabgaben an den BWTV / DTU von 5,- EUR je Teilnehmer enthalten.
  
- **Bezahlung:** Die Startgebühr wird über SEPA-Bankeinzugsverfahren abgebucht. Eine Rückzahlung der Startgebühr ist – auch bei Nichtteilnahme – nicht möglich.
  
- **Anmeldung:** Die Aufnahme in die Starterliste erfolgt erst nach Eingang der Startgebühr und wird unter: [www.sportfreunde-forchheim.de](http://www.sportfreunde-forchheim.de) veröffentlicht.
  
- **Teilnehmerlimit:** 250 Einzelstarter / 50 Staffelmansschaften  
 Es gibt keine Nachmeldemöglichkeit!
  
- **Startunterlagen:** Die Startunterlagen werden am Sonntag, 19. Juli 2026 im Clubhaus des FV Sportfreunde Forchheim, Karlsruher Straße 76, 76287 Rheinstetten von 07:00 Uhr bis 08:30 Uhr an die angemeldeten Teilnehmer ausgegeben.

Die Startunterlagen bestehen aus:

  - einer Startnummer, die mit Sicherheitsnadeln bzw. einem Startnummern-Band vorn beim Laufen bzw. hinten beim Radfahren am Trikot des Teilnehmers gut lesbar befestigt werden muss.
  - Zeitmesschip (RaceResult)
  - einen Startnummern-Aufkleber für das Fahrrad (Befestigung an der hinteren Bremsleitung)
  - eine Packtasche für den Gepäckrücktransport von Wechselzone 1

Die Startnummer muss während des Radfahrens auf dem Rücken und beim Laufen auf der Brust deutlich sichtbar getragen werden!
  
- **Wettkampfregeln:** Die Veranstaltung liegen die Wettkampfordnungen der Deutschen Triathlon-Union zugrunde. Mit der Anmeldung erkennt der Teilnehmer die Wettkampfordnungen als verbindlich an.

Die Radstrecke ist zum Großteil für den übrigen Verkehr gesperrt, es gilt trotzdem in jedem Falle die StVO. Das Windschattenfahren ist verboten! Die Windschattenzone ist 12m lang, gemessen von der Vorderkante des Vorderrades des

Vordermannes bis zur Vorderkante des Vorderrades des nachfolgenden Teilnehmers.

Ein, von hinten aufholender, Teilnehmer hat die Windschattenzone des vor ihm fahrenden so schnell wie möglich zu durchqueren. Der Überholvorgang muss nach 25 Sekunden abgeschlossen sein. Der Überholte hat innerhalb von 25 Sekunden erkennbar die Zone des Überholenden nach hinten zu verlassen, um den regelkonformen Abstand wieder herzustellen. Es herrscht Rechtsfahrgebot. Das Überholen ist nur linksseitig erlaubt.

- **Disqualifikationen:** Eine Disqualifikation ist bei schwerwiegenden Regelverstößen im laufenden bzw. nach dem Wettkampf möglich.
- **Ergebnisdienst:** Die Ergebnisse können nach der Veranstaltung auf der Homepage: [www.sportfreunde-forchheim.de](http://www.sportfreunde-forchheim.de) abgerufen werden.
- **Auszeichnungen:** Die ersten drei weiblichen und männlichen Gesamtsieger/innen sowie die Sieger/innen jeder Altersklasse. Bei den Staffeln werden in ihrer Kategorie jeweils die ersten ausgezeichnet.
- **Neoprenanzug:** Ab einer Wassertemperatur von 22° Celsius dürfen keine Neoprenanzüge getragen werden. Die Wassertemperatur wird auf der Homepage veröffentlicht.
- **Helmpflicht:** Es besteht für das Radfahren die Helmpflicht!
- **Einchecken:** Der Teilnehmer hat sich mit seinem Material (Fahrrad) bis spätestens 09:30 Uhr in der Wechselzone 1 einzurichten. Vorher muss die Wechselzone 2 beim Hallenbad Forchheim eingerichtet werden.  
Zum Bike-Check ist der Fahrradhelm mitzubringen!  
Das Betreten der Wechselzonen ist ausschließlich den Aktiven und Wettkampfrichtern gestattet.
- **WK-Besprechung:** Die Wettkampfbesprechung erfolgt um 09:30 Uhr am Eppelsee beim Schwimmausstieg. Teilnahme ist Pflicht für alle Aktive des Volkstriathlons und Staffeltiathlons.
- **Start:** Der Start (Landstart) erfolgt um 10:00 Uhr am westlichen Ufer des Eppelsees.
- **Schwimmen:** 400 Meter offenes Gewässer (Eppelsee).  
Bei Schwimmproblemen sind dem DLRG deutliche Handzeichen zu geben.

- **Radfahren:** 17 Kilometer asphaltierte Straße (3 Runden). Zum Großteil für den übrigen Verkehr gesperrt. Es gilt trotzdem in jedem Falle die StVO! In den Wechselzonen ist das Radfahren untersagt und wird zum Ausschluss führen. Das Windschattenfahren ist verboten und führt zur Disqualifikation.
  
- **Laufen:** 5 Kilometer teils asphaltierter Waldweg (1 Runde). Während des Laufens ist die Startnummer gut sichtbar auf der Brust zu tragen.
  
- **Rückgabe Fahrräder:** Die Rückgabe der Fahrräder erfolgt gegen Vorzeigen der Startnummer und Abgabe der Zeitmesstransponder. Die Wechselzone 2 ist vom Einrichten bis 1 Stunde nach Zielschluss bewacht.
  
- **Umkleide:** Umkleide- und Duscmöglichkeiten befinden sich in der Halle der Schwarzwaldschule. Diese sind ca. 200 Meter vom Ziel entfernt.
  
- **Parkplätze:** Kostenlose Parkplätze befinden sich im Umfeld des Sportparks des FV Sportfreunde Forchheim.

## Ablauf des Staffelwettbewerbs

- **Allgemeines:** Eine Staffel besteht aus 3 Teilnehmern (Schwimmer, Radfahrer und Läufer).  
Die Staffelmannschaftsmitglieder starten in der Reihenfolge: Schwimmer, Radfahrer, Läufer.
  
- **Schwimmer:** Der Staffelschwimmer startet innerhalb des normalen Volkstriathlon-Schwimmstarts. Nach dem Schwimmen erfolgt der Wechsel in der Wechselzone 1 auf den Staffel-Radfahrer per Handschlag und mit Übergabe des Zeitmesstransponders.
  
- **Radfahrer:** Der Staffelfradfahrer trägt die Startnummer mittels Startnummernband auf dem Rücken und wartet in einem gesonderten Bereich innerhalb der Wechselzone 1 auf seinen Staffel-Schwimmer. Per Handschlag und mit Übergabe des Zeitmesstransponders startet der Staffel-Radfahrer aus der Wechselzone auf die Radstrecke.
  
- **Läufer:** Der Staffel-Läufer wartet in einem gesonderten Bereich innerhalb der Wechselzone 2 auf seinen Staffel-Radfahrer. Nach Abstellen des Rades in der Wechselzone 2 übergibt der Staffel-Radfahrer die Startnummer und den Zeitmesstransponders an den Läufer der Staffel. Dabei ist die Startnummer gut sichtbar auf der Brust zu tragen. Der Läufer startet aus der Wechselzone.



Rheinstetten, 30.11.2025