



## Orientierungshilfe Triathlon-Equipment (ohne Gewähr)

Was	Erledigt	Anmerkung
<b>Vor dem Wettkampf</b>		
• Anmeldebestätigung	<input type="checkbox"/>	-----
• Startpass (soweit vorhanden)	<input type="checkbox"/>	-----
• Zeitnahme-Chip (soweit vorhanden)	<input type="checkbox"/>	-----
• Essen	<input type="checkbox"/>	-----
• Trinken	<input type="checkbox"/>	-----
• Startnummernband	<input type="checkbox"/>	-----
• Sicherheitsnadeln	<input type="checkbox"/>	-----
• Trainingsanzug	<input type="checkbox"/>	-----
• Taschentücher	<input type="checkbox"/>	-----
<b>Schwimmen</b>		
• Badeanzug bzw. -hose oder Trio-Suit für alles	<input type="checkbox"/>	-----
• Schwimmbrille	<input type="checkbox"/>	-----
• Neoprenanzug	<input type="checkbox"/>	-----
• Handtuch	<input type="checkbox"/>	-----
• Ohrstöpsel	<input type="checkbox"/>	-----

Was	Erledigt	Anmerkung
<b>Rad fahren</b>		
• Fahrrad	<input type="checkbox"/>	.....
• Ersatzschlauch	<input type="checkbox"/>	.....
• Flickzeug	<input type="checkbox"/>	.....
• Luftpumpe	<input type="checkbox"/>	.....
• Unterwäsche	<input type="checkbox"/>	.....
• Socken	<input type="checkbox"/>	.....
• Radschuhe	<input type="checkbox"/>	.....
• Radtrikot oder Trio-Suit für alles	<input type="checkbox"/>	.....
• Radhose oder Trio-Suit für alles	<input type="checkbox"/>	.....
• Brille	<input type="checkbox"/>	.....
• Helm	<input type="checkbox"/>	.....
• Verpflegung	<input type="checkbox"/>	.....
• Trinkflasche	<input type="checkbox"/>	.....
• Sonnencreme	<input type="checkbox"/>	.....
<b>Laufen</b>		
• Unterwäsche	<input type="checkbox"/>	.....
• Socken	<input type="checkbox"/>	.....
• Laufschuhe	<input type="checkbox"/>	.....
• Laufhose oder Trio-Suit für alles	<input type="checkbox"/>	.....
• Laufshirt oder Trio-Suit für alles	<input type="checkbox"/>	.....
• Kappe	<input type="checkbox"/>	.....
• Vaseline	<input type="checkbox"/>	.....
• Verpflegung	<input type="checkbox"/>	.....
• Trinkbeutel	<input type="checkbox"/>	.....

Was	Erledigt	Anmerkung
<b>Nach dem Wettkampf</b>		
• Badeschlappen	<input type="checkbox"/>	-----
• Duschutensilien	<input type="checkbox"/>	-----
• Handtuch	<input type="checkbox"/>	-----
• Unterwäsche	<input type="checkbox"/>	-----
• Fön	<input type="checkbox"/>	-----
• frische Kleidung	<input type="checkbox"/>	-----

Vom Ausrichter bekommt man:

---

- Startunterlagen
- Badekappen
- Beutel für Wechselkleidung
- Startnummern
- Zeitnahme-Leihchip  
Die Leihgebühr beträgt 28,00 €. Bei Rückgabe des Chips erfolgt eine Rückerstattung in Höhe von 25,00 €

Wichtige Hinweise:

---

- Es können natürlich auch alle Disziplinen in der gleichen Kleidung ausgeführt werden, das ist aber insbesondere für „Triathlon-Frischlinge“ nicht ratsam.
- Umkleidekabinen gibt es in den Wechselzonen nicht.
- Bei den Staffeln wird der Zeitnahme-Chip vom 1. zum 2. zum 3. Sportler übergeben.