

3. Itzehoe Asics Schülertriathlon

Die Idee:

Ausdauersport ist gesund! Eine vielseitige sportliche Ausbildung wichtig! Gesunder Lebensalltag erstrebenswert! Wir vom Gut Heil Itzehoe wollen versuchen den Schülern auf diesen Weg näher zubringen, wie viel Spaß es machen kann sich zu bewegen und etwas für die Gesundheit und Fitness zu tun. Daher veranstalten wir einen Triathlon nur für Schüler. Bei dem Ausdauerwettkampf kommt es uns nicht auf die schnellsten Zeiten beim Schwimmen, Rad fahren und Laufen an, sondern viel mehr, dass die Kids Spaß und Freude an der Bewegung entdecken. Daher sind die Distanzen extra so gewählt, dass sie für jeden zu schaffen sind! Rennräder sind nicht zugelassen, so dass hier keine Vorteile durch besseres Material geschaffen werden und die erfahrenen Triathleten aus dem Verein dienen als Scouts während des Wettkampfes und helfen den anderen Schülern.

Die Asics Schülertour findet deutschlandweit statt und ist im Konzept des Kinder- und Jugendtriathlons der Deutschen Triathlonjugend verankert.

Der Termin:

Am Freitag den 02.07.2010 soll die Veranstaltung im Itzehoeer Schwimmzentrum stattfinden. Um 8:30 Uhr erfolgt der Start für die Jüngsten und Ende der Veranstaltung wird gegen 14 Uhr sein. Nach den einzelnen Wettkämpfen wird die Siegerehrung im würdigen Rahmen zügig durchgeführt, so dass keine langen Wartezeiten entstehen und die Kinder zurück in die Schule können. Einen detaillierten Zeitplan erhalten die Schulen nach Eingang der Meldungen! **Meldeschluss** ist der 18.06.2010 und der detaillierte Zeitplan geht am 24.06.2010 an die Schulen raus.

Die Strecken und Wertung:

Die Veranstaltung findet im und um das Itzehoeer Schwimmzentrum statt. Die Rad- und Laufstrecke ist abgesperrt und Streckenposten werden für einen reibungslosen Ablauf sorgen.

Jahrgang	Schwimmen	Rad	Lauf	Startzeit ca.
2001 und jünger	50 m	1000 m	400m (1 Runde)	ab 8:30 Uhr
99/00	100 m	1000 m	800m(2 Runden)	ab 10:00 Uhr
97/98	100 m	2000 m	1600m (4 Runden)	ab 11:30 Uhr
95/96	200 m	4000 m	2000m (5 Runden)	ab 12 Uhr
94 und älter	200 m	4000 m	2000 m (5 Runden)	ab 12 Uhr

Die ersten drei Schüler/innen jeder Wettkampfer werden geehrt. Ein detaillierter Zeitplan erfolgt nach **Meldeschluss**.

Die Ausrüstung:

Zum Schwimmen wird Badebekleidung benötigt. Schwimmbrille kann mitgebracht werden. Beim Radfahren ist das Tragen eines Helmes Pflicht. Es muss ein eigenes Rad mitgebracht werden, das verkehrstauglich ist. Rennräder sind nicht erlaubt. Zum Laufen werden lediglich Laufschuhe benötigt. Die Kinder erhalten Startnummern vom Veranstalter.

Die Wechselzone:

Die Wechselzone (WZ) ist das Herzstück eines Triathlons. Hier wird vom Schwimmen auf das Rad und später vom Rad zum Laufen gewechselt. Jeder Sportler sucht sich einen Platz aus, wo er sein Rad, seine Schuhe, den Helm, die Rad- bzw. Laufkleidung abstellt. Zum Abtrocknen nach dem Schwimmen kann auch ein Handtuch abgelegt werden. Es wird Startnummern geben, die mit Sicherheitsnadeln vorne am T-Shirt befestigt werden. Startnummer und Sicherheitsnadeln werden vom Veranstalter gestellt. Zusätzlich werden die Startnummern auf die Hand geschrieben. In der Wechselzone darf das Rad nur geschoben werden und dabei ist der Helm stets geschlossen. 10 Minuten vor jedem Start wird in der WZ eine Wettkampfbesprechung stattfinden. Hier wird sich also vor dem Start gesammelt und es werden noch mal die letzten Informationen bekannt gegeben.

Meldung:

Es gibt nur Einzelstarter! Eine Sammelmeldung für Klassen bzw. Schulen befindet sich am Ende dieser Ausschreibung. Einzelanmeldungen werden nicht entgegengenommen. Meldungen nur über die Schulen! Sammelanmeldung bitte an Jürgen Engel senden: j.engel.avs@web.de oder per Fax an 04821 / 804592 Nachmeldungen und Ummeldungen sind nicht möglich. Bitte bis zum 18.06.2010 anmelden. Danach sind keine Meldungen mehr möglich. Es wird keine Meldegebühr erhoben und es können maximal 500 Meldungen entgegengenommen werden!! Angemeldete Schüler haben die Einverständniserklärung erhalten und akzeptieren diese.

Verpflegung:

Während des Wettkampfes gibt es in der Nähe der Wechselzone Wasser. Im Ziel werden für die Aktiven Obst und Wasser bereitgestellt. Ansonsten hat das „Crocodile Bistro“ im Schwimmbad geöffnet, wo Getränke und Essen gekauft werden kann.

Parkmöglichkeiten:

Eltern, Zuschauer und Lehrer bitten wir nicht auf dem Parkplatz des Schwimmbads zu parken, sondern auf die umliegenden Parkplätze (z.B. Alte Landstraße oder Itzehoer Tennisverein) zu nutzen, da der Schwimmbadparkplatz halbseitig gesperrt wird.

Noch Fragen?! Weitere Infos gibt es auf der Homepage der Triathleten des Gut Heil Itzehoes unter www.ghi-triathlon.de oder bei mir telefonisch 04821 / 1490194 oder per Mail andrebeltz@arcor.de.

Ich hoffe, dass viele Schulen vertreten sind und wir einen sportlich schönen Vormittag erleben!

Mit sportlichen Grüßen

André Beltz
Sportlehrer Gut Heil Itzehoe

