

Teilnehmerinformationen für das dritte Unterbacher See Schwimmen

Liebe Schwimmerin, lieber Schwimmer,
wir heißen dich herzlich willkommen zum 3. Düsseldorfer Jedermann Schwimmwettkampf am Südstrand des Unterbacher Sees (Am Kleinfurst 310, 40612 Düsseldorf). Hier sind die letzten wichtigen Infos (Teamleader bitte ans Team weiterleiten), ehe es am kommenden Sonntag, den 21.08.16 heißt: „Get ready! Swim!“.

1. Allgemeine Infos

Die Wassertemperatur beträgt aktuell 21°C. Voraussichtliche Wassertemperatur am Sonntag wird ebenfalls bei ca. 21°C liegen. Sichtweite über 4 Meter. Wetteraussichten: sonnig und etwas bewölkt. Es besteht zwar keine Neoprenanzugs-Pflicht, dennoch empfehlen wir aus Sicherheitsgründen einen Neoprenanzug zu tragen. Neoprenverleih: Körpergröße und -gewicht an info@kretzer-sport-event.de senden, individuelles Angebot erhalten, Anzug von Aquasphere am Wettkampftag abholbereit. Auch vor dem Rennen habt ihr noch die Möglichkeit des Ausleihens, sofern die passende Größe da ist.

2. Zeitplan

Samstag, den 20.08.16: Startbeutelabgabe von 10:00 bis 16:00 Uhr bei Karstadt Sports in Düsseldorf (Tonhallenstr. 10, 40212 Düsseldorf)

Sonntag (Veranstaltungstag), den 21.08.16:

07:00 Uhr	Beginn der Veranstaltung und Ausgabe der Startunterlagen
08:30 Uhr	Check IN offen (ab jetzt kannst du ins Wasser)
08:55 Uhr	Wettkampfbesprechung für alle Distanzen
09:00 Uhr	Startschuss 3,3 km, Block A
09:05 Uhr	Startschuss 3,3 km, Block B
09:30 Uhr	Startschuss 2 km
09:40 Uhr	Startschuss 1 km
10:30 Uhr	Vorführung Ameo Powerbreather durch <u>Thomas Lurz</u>
10:50 Uhr	Zielschuss und Kinderschwimmen
10:30 Uhr	Check IN offen (Kinder dürfen ins Wasser)
10:50 Uhr	Altersgruppe I (13-15 Jahre)
10:55 Uhr	Altersgruppe II (10-12 Jahre)
11:00 Uhr	Altersgruppe III (7 -9 Jahre)
11:15 Uhr	Zielschuss
11:15 Uhr	Siegerehrung
11:30 Uhr	Ende der Veranstaltung

Wichtige Zusatzinformationen und Änderungen:

- Bitte bring deinen Ausweis zur Startbeutelabgabe mit
- Fremdadholung ist nur mittels Vollmacht möglich ([Haftungsausschluss](#) unterschrieben)
- Einchecken geht dieses Jahr bis zu 5 Minuten vor dem individuellen Startschuss
- Die Wettkampfbesprechung findet im Strandbereich statt, die Teilnahme ist verpflichtend für alle SchwimmerInnen.

3. Starterliste, Ummeldungen und Startplatzweitergabe

[Hier](#) findest du die aktuelle Starterliste und deinen Startblock. Bitte überprüfe deine Distanzgruppe. Aus sicherheitstechnischen und organisatorischen Gründen ist eine Ummeldung oder Weitergabe des Startplatzes seit Tagen leider nicht mehr möglich. Es ist nicht erlaubt, den bereits abgeholten Chip an einen anderen -nicht registrierten- Teilnehmer weiterzugeben.

4. Anreise

Wir empfehlen dir die Anreise mit dem Auto oder Fahrrad. Es gibt ausreichend kostenlose Parkplätze. Bitte achte darauf, die Rettungszufahrten frei zu halten.

5. Umkleiden und Taschenlagerung

Für das Umziehen steht dir das gesamte Veranstaltungsgelände, inklusive der Sanitäreinrichtung mit begrenzter Anzahl an Umkleiden, Toiletten und kleinen Schließfächern zur Verfügung (bitte eigenes Vorhängeschloss mitbringen). Zusätzlich bieten wir dir kostenlos einen beaufsichtigten Bereich, in dem du deine Taschen ablegen kannst. Haftung können wir leider keine übernehmen.

6. CHECK IN/OUT

Der Check IN ist verpflichtend und nur mit Chip, inkl. Befestigungsband, der USee-Badekappe und der Startnummer auf dem Handrücken möglich (erhaltet ihr alles von uns). Bist du einmal in der Schwimmzone eingecheckt, darfst du diese erst nach dem Startschuss wieder verlassen! Du musst bis spätestens 5 Min vor deinem Startschuss eingecheckt sein. Für die vollständige Zählung und für die Zeitmessung ist der Check OUT ebenfalls verpflichtend für alle, die die Schwimmzone wieder verlassen wollen.

Mit dem Check OUT wird gleichzeitig bestätigt, dass du wieder an Land angekommen bist. Folgen, die aus einem fehlerhaften Check IN/OUT resultieren, wie z. B. einer Suchaktion durch die Berufsfeuerwehr Düsseldorf, gehen zu Kosten des Teilnehmers! Den Chip kannst du uns nach dem Rennen einfach gegen ein kleines Finishergeschenk zurückgeben (ansonsten müssen wir 35,-€ berechnen).

7. Streckenplan und Orientierungshilfen

Geschwommen wird im Uhrzeigersinn in jeweils einer Runde. [Hier](#) findest du die Abbildungen der Schwimmstrecken. Die Schwimmrouten zeigen die für die einzelnen Distanzen relevanten Bojen (Bojenfarbe und -form können abweichen). Zur besseren Orientierung lohnt es sich, auch die Schwimmrouten der kürzeren Distanzen zu kennen, um die Bojen zuordnen zu können.

Merke: In Schwimmrichtung sind die Bojen und Kajaks immer auf deiner rechten Seite und die Tretboote des Rettungsdiensts immer auf deiner linken Seite.

8. Nach dem Rennen

Für alle Finisher hat die [Bäckerei Hinkel](#) leckeres Gebäck gebacken, [biodirekt](#) hat Bananen und Äpfel gepflückt und die [Haaner Felsenquelle](#) ihre Flaschen wieder mit reinstem Quell- und Isowasser gefüllt. Wer satt ist, kann sich dann auch gerne noch kostenlos durch die kleine Gruppe der auszubildenden Physiotherapeuten der [Heinrich-Heine-Universität](#)

[Düsseldorf](#) versorgen lassen.

9. Gewinnspiele

Restaurantbesuch bei Fehrenbach

Mit deiner Teilnahme am Wettkampf landet deine Startnummer automatisch in der Losungstrommel! Zu gewinnen gibt es ein 3-, 4- und 5-Gänge Menü in unserem Lieblingsrestaurant [Fehrenbach](#). Der oder die GewinnerIn wird bei der Siegerehrung gezogen und kann nur bei Anwesenheit den Gewinn entgegennehmen.

Wie schnell ist Thomas Lurz?

Beim Stand von Ameo-Powerbreather kannst du vor dem Rennen die Zielzeit von Thomas Lurz (3,3km) abschätzen und mit etwas Glück einen von drei Powerbreathern gewinnen. Solltest du nichts gewonnen haben, dann sind du und dein Fanclub herzlich eingeladen, den Rest des Tages kostenlos im Strandbad zu verbringen, den ein oder anderen Neoprenanzug von Aquasphere zu testen oder den Ameo Powerbreather auszuprobieren.

10. Kinderschwimmen

Liebe Eltern, bitte erscheint persönlich zur Startbeutelübergabe und unterschreibt die vor Ort ausliegende Teilnahmeerlaubnis. Sollten ihr nicht persönlich erscheinen können, dann gebt den [Haftungsausschluss](#) und die [Teilnahmeerlaubnis](#) unterschrieben der betreuenden Person mit. Zum Wettkampf darf jeweils eine betreuende Person in den Schwimmbereich eintreten. Mitschwimmen ist nicht erlaubt. Im Start-/Zielbereich haben wir eine Helferin, die ausschließlich für die Organisation der Kinder und eure Fragen zur Verfügung steht. Details zum Zeitplan und der Schwimmstrecke findet ihr [hier](#). Bitte gut durchlesen und bei Fragen einfach an uns wenden! Denkt daran, dass zwischen dem Einschwimmen ab 10:30 und dem letzten Kinderstartschuss um 11:00 Uhr 30 Minuten liegen. Um nicht auszukühlen sollten sich vor allem die jüngsten SchwimmerInnen etwas Zeit lassen mit dem Einschwimmen!

11. Naturschutz

Um die Flora und Fauna entlang der Rennstrecke zu schonen, bitten wir dich keine Nahrungsmittel (Gel, etc.) auf die Rennstrecke mitzunehmen oder Abfall im See zu hinterlassen. Ein Freiwasserschwimmen liefert neben dem Sport auch den Genuss der Natur. Dazu gehört auch eine facettenreiche Unterwasserwelt, die wir erhalten wollen. Trotz der extrem fleißigen Arbeit des Zweckverbandes „Unterbacher See“ in den letzten Monaten, ist selbstverständlich vereinzelt noch die ein oder andere Unterwasserpflanze sichtbar. Um den Kontakt mit Pflanzen zu minimieren, empfehlen wir die Ideallinie zu schwimmen.

12. Sicherheit und Fair Swimming

Freiwasserschwimmen hat einen ganz besonderen Reiz. Damit das so bleibt, bitten wir euch aufeinander Rücksicht zuzunehmen und aufeinander aufzupassen. Wenn euer Nachbar Probleme oder Angst bekommt, dann holt Hilfe hinzu. Wir werden durch die DLRG, DRK und Wasserwacht betreut. Sollte jemand Hilfe benötigen, dann macht durch Rufen und Winken auf euch aufmerksam und schwimmt zu einem der Tret- oder Motorboote hin.

Der Düsseldorf Triathlon Verein bedankt sich bei allen Unterstützern und wünscht jeder einzelnen Teilnehmerin und jedem einzelnen Teilnehmer ein unvergessliches Erlebnis im

Unterbacher See. Bitte vergesst nicht: Ihr dürft hintereinander und nebeneinander Schwimmen, aber bitte nicht übereinander. Wir freuen uns auf Euch und sehen uns am Sonntag.

Dein USee Schwimm Team

weitere Infos und alle Updates findest du unter:

www.usee-schwimmen.de

[Facebook](#)