



## Liebe Schwimmerin, lieber Schwimmer,

wir freuen uns, dich am Sonntag zum 4. Düsseldorfer Jedermann Schwimmwettkampf am Südstrand des Unterbacher Sees zu begrüßen. Hier sind die letzten wichtigen Informationen, bevor wir dich am Sonntag persönlich in Empfang nehmen und dich sicher auf deine gewünschte Schwimmrunde schicken dürfen.

### 1. Allgemeine Infos

Adresse	Unterbacher See, Südstrand (nicht Nordstrand!!) Am Kleineforst 300 40627 Düsseldorf
Wassertemperatur	21°C (Stand 23.08.2017, 12 Uhr)
Sichtweite	4 m
Wetteraussichten	bewölkt (35 % Regenwahrscheinlichkeit)
Neoprenanzug	keine Neoprenanzugs-Pflicht, Veranstalter empfiehlt aus Sicherheitsgründen das Tragen eines Neoprenanzugs.
Neoprenverleih	Körpergröße und -gewicht an <a href="mailto:info@kretzer-sport-event.de">info@kretzer-sport-event.de</a> , individuelles Angebot für einen Anzug von Aqua Sphere erhalten und am Wettkampftag vor Ort abholen.

### 2. Zeitplan

#### Samstag, 26.08.17

10:00-16:00 Uhr	Ausgabe der Startunterlagen bei Karstadt Sports in Düsseldorf (Tonhallenstr. 10, 40212 Düsseldorf)
-----------------	--

#### Sonntag, 27.08.17

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
<b>09:00 Uhr</b>	<b>Startschuss 3,3 km, Block A</b>
<b>09:05 Uhr</b>	<b>Startschuss 3,3 km, Block B</b>
<b>09:30 Uhr</b>	<b>Startschuss 2 km</b>
<b>09:40 Uhr</b>	<b>Startschuss 1 km</b>
10:30 Uhr	Check IN Kinder (Kinder dürfen ins Wasser)
<b>10:50 Uhr</b>	<b>Startschuss 250 m, Block C</b>
<b>10:55 Uhr</b>	<b>Startschuss 250 m, Block D</b>
<b>11:00 Uhr</b>	<b>Startschuss 250 m, Block E</b>
11:15 Uhr	Zielschuss alle Strecken
11:15 Uhr	Siegerehrung
11:30 Uhr	Ende der Veranstaltung



### **Wichtige Zusatzinformationen und Änderungen:**

- Bitte bringe deinen Ausweis zur Startunterlagenausgabe mit
- Wir empfehlen dir, die Startunterlagen am Samstag bei Karstadt Sports abzuholen. Dadurch vermeidest du lange Wartezeiten am Wettkampftag.
- Fremdbholung ist nur mittels Vollmacht möglich ([Haftungsausschluss](#) unterschrieben mitbringen)
- 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 (nur für 3,3km Distanz und Kinderschwimmen). Bitte überprüfe deine Angaben. Aus sicherheitstechnischen und organisatorischen Gründen ist eine Ummeldung oder Weitergabe des Startplatzes 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**

Zum Umziehen steht dir das gesamte Veranstaltungsgelände sowie der Sanitäreinrichtung mit begrenzter Anzahl an Umkleiden, Toiletten und kleinen Schließfächern (bitte eigenes Vorhängeschloss mitbringen) zur Verfügung. Zusätzlich bieten wir dir kostenlos einen beaufsichtigten Bereich an, 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 (+ggf. Startblock) auf dem Handrücken möglich (erhältst du 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 einfach nach dem Check OUT 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 sind identisch). 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, der [Obstbaron](#) hat gelbe Bananen und saftige Äpfel gepflückt und die [Haaner Felsenquelle](#) ihre Flaschen wieder mit reinstem Quellwasser und Isodrinks gefüllt. Wer satt ist, kann sich anschließend kostenlos durch die Gruppe der auszubildenden Physiotherapeuten der [Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf](#) versorgen lassen.

## 9. Kinderschwimmen

Liebe Eltern, bitte erscheint persönlich zur Startbeutelabgabe und unterschreibt die vor Ort ausliegende Teilnahmeerlaubnis. Solltet 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 Ansprechpartnerin, 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 Uhr und dem letzten Kinderstartschuss um 11:00 Uhr 30 Minuten liegen. Um nicht auszukühlen sollten sich vor allem die jüngsten SchwimmerInnen mit dem Einschwimmen etwas Zeit lassen!

## 10. Umwelt-, Naturschutz und Nachhaltigkeit

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.

## 11. Sicherheit und Fair Swimming

Freiwasserschwimmen hat einen ganz besonderen Reiz. Damit das so bleibt, bitten wir euch, aufeinander Rücksicht zunehmen und aufeinander aufzupassen. Wenn euer Nachbar Probleme hat 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 Helfern und Unterstützern, ohne die ein solcher Tag nicht möglich wäre! Wir wünschen jeder einzelnen Teilnehmerin und jedem einzelnen Teilnehmer ein unvergessliches Erlebnis im Unterbacher See. Genieß die einmalige Gelegenheit durch den ganzen See zu schwimmen! Wir freuen uns auf Dich und sehen uns am Sonntag.

Dein USee Team

Weitere Infos und alle Updates findest du unter:

[www.usee-schwimmen.de](http://www.usee-schwimmen.de)

[Facebook](#)