SCHWIMMEN

Die olympische Distanz erstreckt sich über 1500 Meter (505m + 35m + 490m + 350m + 120m), die Short Distance Series über 470 Meter. (350m + 120m).

Regeln: Der Schwimmstil kann frei gewählt werden. Über die Benutzung von Neoprenanzügen (Wassertemperatur unter 22 Grad) entscheidet der Oberschiedsrichter eine Stunde vor dem Start. Das tragen der Badekappe ist obligatorisch. Alle Athleten müssen sich fünf Minuten vor dem Start in der Vorstartzone befinden. Die Athleten müssen den Chip für die, Zeitmessung tragen. Ohne Chip kann nicht gestartet werden.

Sanität/Sicherheit: Die Schwimmstrecke ist mit zahlreichen Helfern (Motorboote, Ruderboote, Stand-up Padler und Pedalos) abgesichert. Bei Problemen machen Sie sich mit Handzeichen und Zurufen bemerkbar. Beobachten Sie Probleme bei einem Mitkonkurrenten, sind sie zur Mitteilung an den nächsten Streckenposten und zur Hilfestellung verpflichtet. Beim Schwimmausstieg stehen Helfer und ein Arzt bereit, die Sie bei Unterkühlung oder anderen medizinischen Problemen auf dem Landsgemeindeplatz behandeln. Beim Schwimmausstieg darf vor oder nach dem Wettkampf nicht gebadet werden, dies ist der Bootsvermietungsplatz. Bitte Seebad Seeliken beim Start benützen.

Zeitlimite: Aus organisatorischen und Sicherheits -Gründen werden am Sonntag Schwimmer, die nach 9.40 Uhr beim Schwimmausstieg eintreffen aus dem Rennen genommen.

RADFAHREN

Die Radfahrstrecke ist flach.

Regeln: Gemäss dem Wettkampfreglement unter 7.5. Windschattenfahren muss der Mindestabstand 10m (Vorderrad zu Vorderrad) und seitlich 2m betragen. Windschattenfahren kann mit sofortiger Disqualifikation bestraft werden. Bei der Anwendung der gelben Karte ist eine Zeitstrafe von 2 Minuten in der Waitingbox beim Ausgang der Wechselzone abzusitzen, nach der zweiten gelben Karte erfolgt die Disqualifikation. Die Tragpflicht des Hartschalenhelms (Riemchen geschlossen) beginnt bevor das Rad aus dem Ständer genommen wird und endet nachdem das Rad abgestellt wird. Die Startnummer muss hinten getragen werden. Auf der Radstrecke herrscht Gegenverkehr. Das Überfahren von Sicherheitslinien hat die sofortige Disqualifikation zur Folge. Die Verkehrsregeln sind strikte einzuhalten. Die im Kanton Zug vorhandenen separaten Busspuren dürfen nicht befahren werden! Fehlbare Athleten werden durch die Polizei verzeigt.

Sanität/Sicherheit: Am Sonntag führt die Rennstrecke rund um den Zugersee. Beachten Sie unbedingt, dass die Strassen nicht abgesperrt sind und sie sich strikte an die Verkehrsregeln halten müssen. Beachten Sie, dass der Gefährdungsgrad bei Renngeschwindigkeit, im «Renneifer» und bei der hohen Teilnehmerzahl als erheblich zu klassifizieren ist. Seien Sie deshalb besonders vorsichtig und bereiten sie sich vor dem Rennen mental auf diese Situation vor! Bei unvorsichtigem Fahren können Sie nur verlieren! Alle aus unserer Sicht kritischen Stellen (Kreisel, Kreuzungen, gefährliche Einfahrten) sind mit Helfern, z.T. von der Polizei besetzt. Warntafeln (Blinklichter) machen Sie frühzeitig auf Hindernisse aufmerksam. Die einzelnen Abschnitte der Rennstrecke werden durch Motorradfahrer (mit oranger Weste) überwacht. Bei Unfällen oder medizinischen Problemen wenden Sie sich umgehend an den nächsten Streckenposten oder den auf der Strecke zirkulierenden Motorradfahrer. Die Hilfe wird dann über unsere Sanitätsorganisation ausgelöst. Wir weisen Sie darauf hin, dass Sie auch als Unbeteiligter verpflichtet sind, erste Hilfe zu leisten! Besonders beim Einlaufkanal in Zug ist Vorsicht geboten, Athleten die riskante Überholmanöver vornehmen, werden disqualifiziert.

LAUFEN

Die Strecke ist flach und bis auf drei Strassenunterführungen (nur bei Swiss Triathlon circuit Runde) technisch einfach. 50% Asphalt- und 50% Naturwege.

Regeln: Aus Sicherheits- und Fairnessgründen sowie gemäss tri-Reglement ist das Begleiten der Läufer untersagt. Fehlbare Athleten werden disqualifiziert. Die Startnummer muss vorne getragen werden.

Sanität/Sicherheit: Der Hauptsanitätsposten befindet sich auf dem Landsgemeindeplatz. Bei medizinischen Problemen wenden Sie sich umgehend an den nächsten Streckenposten oder an den bezeichneten Sanitätsposten. Beobachten Sie Probleme bei einem Mitkonkurrenten, sind Sie zur Mitteilung an den nächsten Streckenposten und zur Hilfestellung verpflichtet.

SAMSTAG KURZSTRECKEN SCHWIMMEN-RAD-LAUFEN

SONNTAG SCHWIMM-/LAUFSTRECKE

SONNTAG RADSTRECKE