

Wichtige Informationen für den Kreissparkasse Vulkaneifel Triathlon powered by GEROLSTEINER am 13.09.2026 in Gerolstein

Liebe Triathletinnen und Triathleten,

wir freuen uns, Euch zur 25. Jubiläumsausgabe des Kreissparkasse Vulkaneifel Triathlon powered by GEROLSTEINER am 13. September 2026 in Gerolstein willkommen zu heißen!

Damit Ihr optimal vorbereitet seid, haben wir alle wichtigen Informationen für den Wettkampf in diesem Schreiben zusammengefasst.

Zeitplan

Samstag 12.09.2026

- **17:00 Uhr** Ausgabe der Startunterlagen im Zielbereich Brunnenplatz
- **17:30 Uhr PASTA-PARTY im Zielbereich Brunnenplatz**
ANMELDUNG NOTWENDIG! Rahmenprogramm auf der Bühne

Sonntag 13.09.2026:

- **07:00 Uhr:** Ausgabe der Startunterlagen im Zielbereich Brunnenplatz
- **07:30 Uhr:** Öffnung der Wechselzone Bike Check In
- **10:00 Uhr:** Start der ersten Startgruppe Sprint (Schwimmen)
- **14:00 Uhr:** Beginn Check Out
- **ca.15:00 Uhr:** Siegerehrung im Zielbereich Brunnenplatz

Parkflächen:

Bitte nutzt die ausgewiesenen Parkflächen rund um das Freibad und das Schulzentrum Gerolstein. Wir bitten Euch, die Hinweise der Helfer vor Ort zu beachten und die Parkmöglichkeiten möglichst effizient zu nutzen.



Wettkampfinfo und Streckendetails:



- 1 Haupteingang Triathlon Arena
- 2 Einlass Vorstartbereich Kurzdistanz
Eingang Umkleiden, Duschen, WC's und Schließfächer
- 3 Rad-Check In/Out
- 4 Wechselzone Rad (Sprint und Rheinland-Pfalz Meisterschaft)
- 5 Wechselzone Rad (Kurzdistanz und Staffeln)
- 6 Hallenbad > Schwimmstrecke Kurzdistanz
- 7 Freibad > Schwimmstrecke Sprintdistanz und Staffeln
- 8 Einlass Vorstartbereich Sprintdistanz
- 9 „Warm-Up“-Becken Sprintdistanz
- 10 Ausfahrt Rad
- 11 Ausgang Lauf

Schwimmen Sprintdistanz 500m - FREIBAD

- **Start:** Wasserstart auf einer 25m Bahn. Der Start erfolgt in Wellen alle 15 min, die Einteilung erfolgt nach der Startliste.
- **Einchecken** 10 Minuten vor Start einchecken im Vorstartbereich und Möglichkeit zum Warmschwimmen im Vorstartbecken
- **Start** mit 6 Startern/Bahn. Rechts schwimmen – gegen den Uhrzeigersinn
- **500m = 20 Bahnen** > Hinweis der Bahnenzähler bei Beginn der letzten 50m. Ihr erhaltet fest zugeordnete farbige Badekappen, die beim Beenden der Schwimmdistanz am Ausstieg bleiben
- **Wechselzone:** Nach dem Schwimmen begeben sich die Teilnehmer in die Wechselzone. Auf dem Weg passiert ihr eine **kleine Treppe** – hier bitte aufpassen!
- **Staffeln** wechseln zum Radfahrer am Rad. Achtet auf die anderen Teilnehmer! **Der Transponder wird hierbei an den Radfahrer übergeben!**

Schwimmen Kurzdistanz 1000m – HALLENBAD

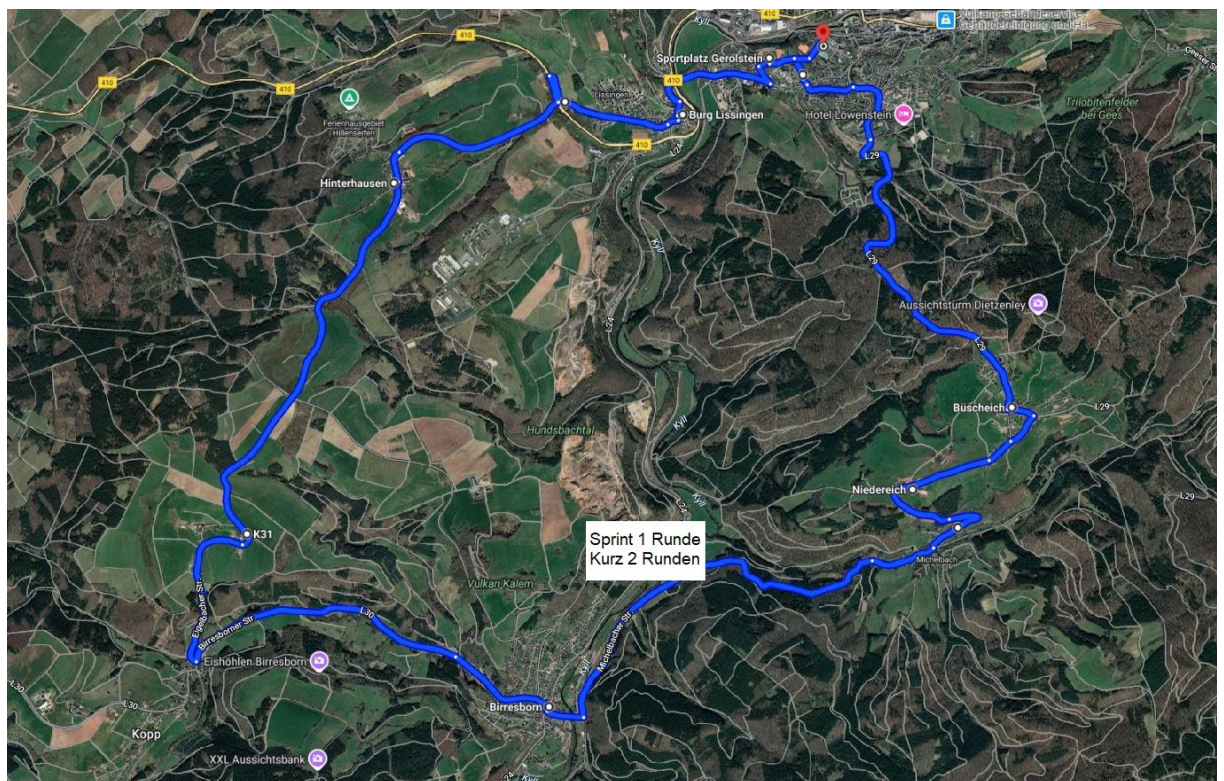
- **Start:** Wasserstart auf einer 25m Bahn. Der Start erfolgt in Wellen alle 25 min, die Einteilung erfolgt nach der Startliste.
- **Einchecken** 10 Minuten vor Start einchecken im Vorstartbereich (Haupteingang Hallenbad)
- **Start** mit 6 Startern/Bahn. Rechts schwimmen – gegen den Uhrzeigersinn
- **1000m = 40 Bahnen** > Hinweis der Bahnenzähler bei Beginn der letzten 50m. Ihr erhaltet fest zugeordnete farbige Badekappen, die beim Beenden der Schwimmdistanz am Ausstieg bleiben
- **Wechselzone:** Nach dem Schwimmen begeben sich die Teilnehmer in die Wechselzone. Auf dem Weg passiert ihr eine **Treppe** – hier bitte aufpassen!

Radfahren

- Die Radstrecke führt über eine landschaftlich reizvolle, aber anspruchsvolle Strecke mit mehreren Anstiegen und Abfahrten.
- Auf der Radstrecke gilt die Straßenverkehrsordnung! Die Strecke ist nicht abgesperrt! Es gilt das Rechtsfahrgebot!
- Achtet auf eure Sicherheit sowie auf die Sicherheit der anderen Teilnehmer. Bei einem Notfall meldet euch sofort bei einem Streckenposten oder Rettungsteam.
- Haltet die Strecke sauber. Entsorgt Müll nur an den gekennzeichneten Stellen.
- **Helmpflicht:** Das Tragen eines zugelassenen Helms ist während des gesamten Radfahrens Pflicht. **Bevor** ihr euer Fahrrad in die Hand nehmt muss der **Helm geschlossen** werden!

- Die **Radstrecke beginnt hinter der Wechselzone**, außerhalb des Freibadgeländes. In der Wechselzone darf das Fahrrad nur geschoben werden. Das Ende der Wechselzone ist auf der Straße markiert.
 - **Wichtiger Hinweis:** Wir möchten einen fairen Wettbewerb. Daher ist es auf der Radstrecke untersagt direkt hinter einem anderen Fahrer zu fahren, um den Windschatten zu nutzen! Das bedeutet: Mindestabstand zum vorausfahrenden Fahrer 12m (gemessen von Eurer Vorderradspitze zur Vorderradspitze des vorausfahrenden Fahrers).
 - Ein Überholvorgang soll innerhalb von 30 Sekunden abgeschlossen sein. Der überholte Athlet hat dann dafür zu sorgen, dass der Mindestabstand wiederhergestellt wird und darf nicht sofort wieder zurücküberholen. Athleten, die gegen das Windschattenfahrverbot verstoßen, können Strafen erhalten. Diese Strafen können Zeitstrafen sein (die zu einem späteren Zeitpunkt der Rennzeit hinzugerechnet werden), oder in schwerwiegenden Fällen kann der Athlet disqualifiziert werden.
 - **Kontrollen:** Es wird an der Strecke Kampfrichter geben, die das Windschattenverbot überwachen. Bei einem Regelverstoß erhaltet ihr eine Zeitstrafe.
 - **Strecke:** Die Strecke ist ausgeschildert und mit gelber Straßenmarkierung gekennzeichnet. Zudem wird die Strecke von Streckenposten überwacht. Achtet auf den Straßenverkehr und mögliche Hindernisse. Besondere Gefahrenstellen sind zusätzlich durch gelbe Warntafeln gekennzeichnet.
-
- **Gefahrenpunkte:**
 - Die Strecke beginnt mit einem längeren Anstieg und führt zunächst durch das Stadtgebiet von Gerolstein.
 - Nach ca. 4,5 km erfolgt eine Abfahrt zum Ortsteil Michelbach. Hier sind **2 enge 180 Grad-Kurven** zu absolvieren! Geschwindigkeit reduzieren!
 - In Birresborn (km 10) passiert Ihr einen **beschränkten Bahnübergang**. Bei geschlossener Schranke und Ampelsignal müsst Ihr hier **warten**! Die Schrankenpassage und somit eventuelle Wartezeiten werden allen Teilnehmern von der Endzeit abgezogen!
 - Nachdem ihr die Hauptsteigung Eigelbach passiert habt, überquert Ihr nach ca. 500m die Kreuzung Richtung Hinterhausen. **(Vorfahrtregelung beachten!)** Unter Umständen muss an dieser Stelle kurz angehalten werden!
 - **Abfahrt Hinterhausen:** Bedingt durch die lange Abfahrt kommt Ihr relativ schnell auf eine Kreuzung zu. Bitte frühzeitig das Tempo **reduzieren**, um beim Abbiegen nach rechts nicht auf die Gegenfahrbahn oder in den vorfahrtsberechtigten Verkehr zu geraten.
-
- **Verpflegung:** Es gibt eine Verpflegungsstation mit Wasser und Bananen bei km 0,5 / 23

- Bei der **Sprindistanz** absolviert Ihr **1 Runde**. Teilnehmer der **Kurzdistanz** fahren eine **zusätzliche 2. Runde**
- **Ankunft Wechselzone:** vor der **Straßenmarkierung** steigt Ihr vom Fahrrad ab und schiebt Euer Rad wieder in den Wechselbereich.
Erst nach abstellen des Fahrrads darf der Verschluss des Fahrradhelm gelöst und ausgezogen werden
- Staffelteilnehmer übergeben am Fahrrad an den Läufer. Achtet auf die anderen Teilnehmer! **Der Transponder wird hier an den Läufer übergeben!**
- **Startnummer:** Eure Startnummer trägt Ihr beim Radfahren auf dem Rücken! (Startnummernband nicht vergessen!)



BERGWERTUNG

Bikesport Clemens präsentiert Euch die **exklusive Bergwertung** auf der Radstrecke!

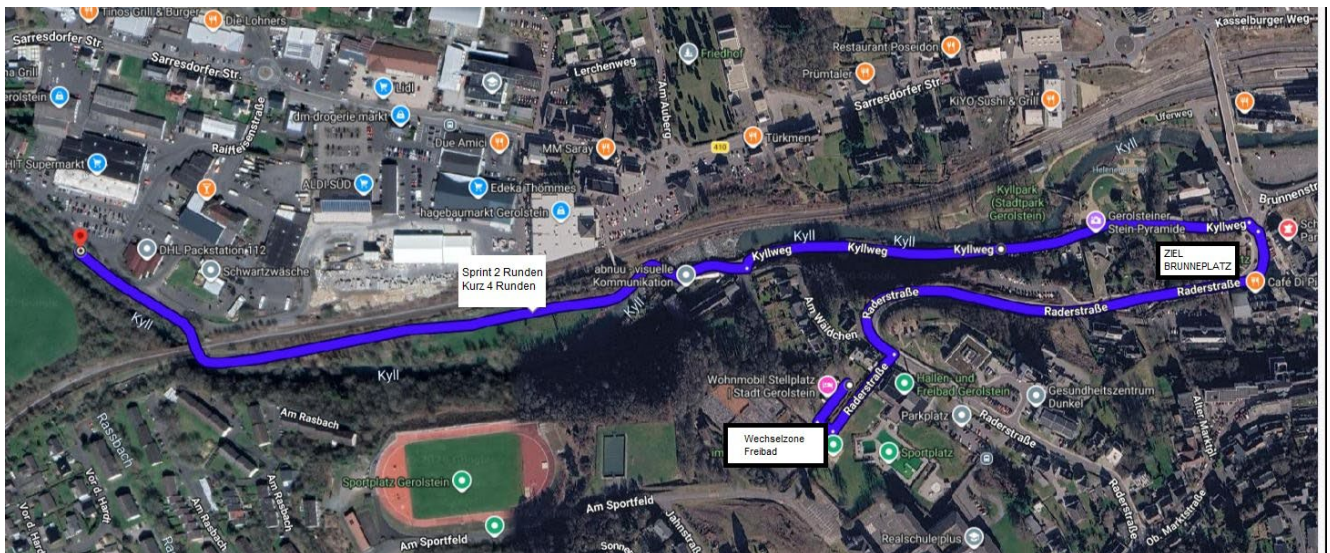
Ab dem Ortsausgang Birresborn bis zum GEROLSTEINER Torbogen am Eigelbacher Berg könnt Ihr zeigen was in Euch steckt!

Hier heißt es: **Kette rechts und alles rausholen!**

Laufen Sprint (5 km) – Kurzdistanz (10 km)

- **Startnummer:** Eure Startnummer trägt Ihr beim Laufen vorne! (Startnummernband mitbringen!)
- **Strecke:** Die Laufstrecke ist mit blauen Straßenmarkierungen gut gekennzeichnet und führt über Asphalt und Pflasterwege.
- Ihr verlasst die Wechselzone nach rechts Richtung Raderstrasse und lauft auf dem **linken Bürgersteig** in Richtung Brunnenplatz und biegt bei der Buchhandlung Danko nach links auf den Kylltalweg in Richtung Rathaus.
- **Verpflegung:** Es gibt eine Verpflegungsstelle am Wendepunkt am Brunnenplatz, an der Wasser zur Verfügung steht.
- **Sprintdistanz:** 2 Laufrunden
- **Kurzdistanz:** 4 Laufrunden

Beim Erreichen des Wechsellpunkt am Brunnenplatz erhaltet Ihr pro Runde 1 Gummiband für Euren persönlichen Nachweis der absolvierten Laufrunden.



SPRINTWERTUNG

CITYSPORT TRIER hält für Euch noch ein **Highlight** auf der Laufstrecke parat:

Vor dem Brunnenplatz wartet die **Sprintwertung – 300 Meter** flache Strecke an Der Kyll!

Hier entscheidet sich, wer noch Körner übrig hat. **Also Zähne zusammenbeißen, alles geben und den Applaus im Ziel genießen!**

Fairplay: Seid sportlich, haltet Euch an die Regeln und respektiert Eure Mitstreiter. Auf der Radstrecke und dem Wendepunkt der Laufstrecke gibt es Kontrollpunkte, an denen Ihr registriert werdet.

Notfallmaßnahmen

- Solltet Ihr oder andere Teilnehmer medizinische Hilfe benötigen, wendet euch bitte an einen Streckenposten oder ruft nach Hilfe.

Service und Verpflegung:

- **Bottle-Service:** Im Bereich des Check In zur Wechselzone habt Ihr die Möglichkeit Eure Fahrradflaschen **kostenlos** mit Elektrolyt-Getränken von **Powerbar** zu füllen.
- **Verpflegungsstellen:** Während des Rennens werdet ihr an den Verpflegungsstationen mit Gerolsteiner Naturell versorgt. Im Zielbereich erwartet euch zusätzlich eine Auswahl an Bitburger 0,0%, Gerolsteiner Apfelschorle, Gerolsteiner Cola und Obst von Edeka Thömmes Gerolstein.
- **Massage:** Im Bereich der Zuschauertribüne habt ihr die Möglichkeit, eine regenerative Massage zu genießen. Nutzt diese Gelegenheit, um eure Muskeln nach dem Wettkampf zu entspannen.
- **Finisher-Medaille:** Eure Leistung belohnen wir mit der exklusiven Vulkaneifel Triathlon Medaille
- **Finisher-Foto:** Haltet Euren besonderen Moment an der GEROLSTEINER Fotobox fest
- **Duschen und Spinde:** Duschen und abschließbare Spinde stehen euch im Freibadgebäude bis 18h zur Verfügung (ca. 400m vom Ziel).

Wir wünschen euch einen erfolgreichen und sicheren Wettkampf. Bei Fragen steht Euch das Orga-Team jederzeit zur Verfügung.

Sportliche Grüße

Orga-Team Kreissparkasse Vulkaneifel Triathlon 2026 powered by GEROLSTEINER

