

ATHLETE GUIDE

ALOHA
SPORT



HERZLICH

WILLKOMMEN



LIEBE TEILNEHMERINNEN UND TEILNEHMER!

Wir möchten diese Gelegenheit nutzen, um uns für deine Teilnahme am ALOHA TRI Mondseeland 2025 zu bedanken. Wir können es kaum erwarten, dich an der Startlinie zu sehen.

Als unsere geschätzten Athleten kommen viele von euch Jahr für Jahr wieder und kennen unseren Event sehr gut. Dafür können wir euch nicht genug danken. Möglicherweise hast du viele Fragen zum Ablauf des Tages, und wir sind uns sicher, dass unser Athlete Guide dir alle diese Fragen beantwortet. Die Gewährleistung der Sicherheit aller Teilnehmer ist von größter Bedeutung.

Wir hoffen, dass du eine großartige Zeit hast und den Tag so genießen kannst, dass du nächstes Jahr wiederkommst.

Nochmals ein großes Dankeschön für deine anhaltende Unterstützung. Wir sehen uns am Renntag!



Sollten doch Fragen offenbleiben, erreichst du uns jederzeit unter anmeldung@alohasport.at. Du kannst uns auch gerne anrufen: +436604222339. Eine kleine Bitte vorab: Lies zuerst gründlich, die meisten Antworten findest du bereits unter „Athleteninformationen“ auf unserer Homepage!

Wir drücken dir die Daumen für erfolgreiche Wettkämpfe und wünschen dir eine wunderschöne Zeit hier im Mondseeland!

Mahalo
Marisa, Stefan, Felix & Moritz

Wichtige Informationen für die Startnummernabholung

Um die Abholung deiner Startnummer so schnell wie möglich zu gestalten, bring bitte das E-Mail mit deinem **persönlichen QR-Code** mit. Du kannst es entweder ausdrucken oder auf deinem Handy vorzeigen. Du erhältst dieses E-Mail im Laufe der Rennwoche.

Wenn du eine **nationale Triathlon-Jahreslizenz** besitzt, halte bitte deinen Ausweis bereit, um diese zu bestätigen.

Wettkampf-Reglement und Besprechung

Wir bitten dich, dir kurz Zeit zu nehmen und das **Reglement** (<https://triathlonmondsee.at/regelwerk/>) durchzulesen. Die Teilnahmebedingungen musst du nicht ausdrucken oder unterschreiben. Mit deiner Anmeldung hast du unser Regelwerk, die Teilnahmebedingungen und die Datenschutzgrundverordnung bereits akzeptiert.

Die **Wettkampfbesprechung** ist für alle Teilnehmenden verpflichtend. Sie findet direkt vor dem Start im Startbereich statt. Bitte sei pünktlich.

Abmeldungen, Änderungen und Nachmeldungen

Abmeldungen und **Übertragungen** von Startplätzen sind leider nicht mehr möglich. Falls du eine Start- oder Nenngeldversicherung abgeschlossen hast, wende dich bitte direkt an den Versicherer. Die benötigten Formulare findest du in deiner Auftragsbestätigung.

Wettkampf- oder Bewerbsänderungen sowie **Nachmeldungen** kannst du gegen eine Gebühr vor Ort im Event-Büro erledigen.

ANREISE & PARKEN

ALOHA
SPORT

Beachte bitte Halte- und Parkverbote. Es stehen ausreichend Parkplätze zur Verfügung.



STARTNUMMERN- ABHOLUNG



Die Startnummern können zu folgenden Zeiten im Event-Office abgeholt werden:

- **Samstag**

10:00 - 15:00 Uhr Alle Bewerbe

- **Sonntag**

06:00 - 07:00 Uhr Alle Bewerbe

Bitte beachte, dass Änderungen oder Nachmeldungen innerhalb der angegebenen Zeiten vorgenommen werden können.

Gefundene Gegenstände vom Schwimmstart werden zunächst zur Wechselzone und im Anschluss zum Event-Office gebracht. Auch alle anderen auf dem Gelände verlorenen Gegenstände können dort abgeholt werden.

Nicht abgeholt Gegenstände werden von uns
Nach dem Event gespendet.



STARTNUMMERN



Alle Menschen sind frei und gleich an Würde und Rechten geboren. Sie sind mit Vernunft und Gewissen besetzt und stehen einander im Geist der Solidarität begreift.



Sprintdistanz



Kurzdistanz



Mitteldistanz

Zusätzlich zur Startnummer bekommt du:

- Handgelenksband (Zutritt Wechselzone, Finisher-Labe, Dusche im Strandbad)
- Startnummernaufkleber für Helm und Rad
- Badehaube (wenn noch nicht vorhanden, **bitte eigene Badekappe mitnehmen**)
- Zeitnehmungchip
- Goodiebag & Teilnehmergeschenk (abhängig vom Bewerb)

BADEHAUBEN



Aus Gründen der Nachhaltigkeit und zur Reduzierung von Abfall bleiben wir unserem Konzept der Wiederverwendung treu.

SOLLTEST DU SCHON EINE BADEHAUBE BESITZEN, BITTEN WIR DICH, DIESE MITZUNEHMEN UND ZU VERWENDEN.

Wenn dies nicht der Fall ist, bekommst du natürlich eine Neue von uns.

- **Sprinttriathlon**

- Triathlon: 8:30 Uhr: Schwimmstart
- Aquabike: 8:30 Uhr: Schwimmstart
- Bike&Run: 8:45 Uhr: SWIM-IN Wechselzone

- **Kurzdistanz**

- Triathlon: 8:00 Uhr: Schwimmstart
- Aquabike: 8:00 Uhr: Schwimmstart
- Bike&Run: 8:45 Uhr: SWIM-IN Wechselzone

- **Mitteldistanz:**

- Triathlon: 7:30 Uhr: Schwimmstart
- Aquabike: 7:30 Uhr: Schwimmstart
- Bike&Run: 8:00 Uhr: SWIM-IN Wechselzone

ZEITNEHMUNG



Die Zeitmessung erfolgt ausschließlich über das vom Veranstalter bereitgestellte System (kein Champion-Chip!). Eigene Zeiterfassungsgeräte sind nicht gestattet.

Der Zeitmesschip muss während des Wettkampfes, wie vom Veranstalter vorgegeben, mittels Klettband oberhalb des Fußknöchels getragen werden. **Ohne Chip erfolgt keine Zeitnahme!**

Geht der Zeitmesschip vor dem Start oder während des Wettkampfes verloren, kann umgehend im Startareal oder in der Wechselzone ein Ersatzchip ausgehändigt werden.

Der Zeitmesschip ist von allen Athleten ausnahmslos in der Wechselzone beim Check-Out abzugeben. (= Tausch Chip gegen Rad).

Bei Rennaufgabe muss der Chip auch in der Wechselzone abgegeben werden.

Ein nicht retournierter Chip wird mit einem Unkostenbeitrag von 80 € verrechnet.

ZEITLIMITS



Um den reibungslosen Ablauf des Wettkampfes zu gewährleisten, werden die Zeitlimits in der Wechselzone kontrolliert. Athleten, die diese Limits überschreiten, werden leider aus dem Rennen genommen.

Schwimmen:

Das Zeitlimit für das Schwimmen beträgt 1 Stunde und 10 Minuten ab dem Start.

Radfahren:

Nach der Schwimmzeit und der ersten Wechselzone (Wechselzone 1) bleibt ein Zeitraum für das Radfahren. Dieser ist so bemessen, dass die Gesamtzeit nach dieser Disziplin bei etwa 5 Stunden und 30 Minuten liegt.

Gesamtzeit:

Das Ende des Rad-Cutoffs ist der entscheidende Faktor. Die Gesamtzeit für den gesamten Wettkampf (Schwimmen, Radfahren und Laufen) liegt bei 8 Stunden und 30 Minuten.

Folgende Fixzeiten gelten:

Swim-Exit: 09:15 Uhr

T1 Exit: 09:25 Uhr

Finish: 15:00 Uhr

NEOPREN - JA/NEIN



Die Entscheidung über die Nutzung von Neoprenanzügen obliegt nicht dem Veranstalter, sondern wird von den Technical Officials gemäß den Regeln des ÖTRV getroffen.

Diese Entscheidung kann bis zu einer Stunde vor Wettkampfbeginn fallen.

Wir werden die Neopren-Regelung umgehend nach Bekanntgabe über unsere Social-Media-Kanäle, die Moderatoren und im Event-Office vor Ort veröffentlichen.

Weitere Informationen zur erlaubten Schwimmbekleidung sowie die geltenden Richtlinien findest du hier:

bis einschließlich 1.500 m Schwimmen:	22,0° C und darüber Wetsuit-Verbot
(olympische Distanz)	15,9° C und darunter Wetsuit-Pflicht

Bei Österreichischen Staatsmeisterschaften bis zur olympischen Distanz, die in einem eigenen und zeitlich getrennten Rennen durchgeführt werden, gilt:

ab 1501 m Schwimmen:	20,0°C und darüber Wetsuit-Verbot
	15,9°C und darunter Wetsuit-Pflicht
	24,6° C und darüber Wetsuit-Verbot
	15,9° C und darunter Wetsuit-Pflicht

CHECK IN - SCHWIMMEN



Für alle Bewerbe:

- **Zugang:** Der Zugang zum Schwimmstart erfolgt direkt im Almeida Park in Mondsee. Zuschauer können entlang der Promenade den Schwimbewerb verfolgen.
- **Einschwimmen:** Einschwimmen ist im Startbereich bis maximal 15 Minuten vor der ersten Startwelle erlaubt. Danach müssen alle Teilnehmer das Wasser verlassen haben.
- **Schwimm-Check-in:** Der Check-in für das Schwimmen erfolgt über eine Startmatte. Alle Teilnehmer müssen diese Matte passieren, bevor sie den Startbereich betreten. Der Zugang ist erst nach dem Start der vorhergehenden Welle möglich. Teilnehmer, die die Check-in-Matte nicht passieren, werden disqualifiziert.

Bitte hinterlasse keinen Müll!

CHECK IN - CHECK OUT

FAHRRÄDER



Teilnehmer können ihre Fahrräder und Ausrüstung zu den nachfolgenden Zeiten in der Wechselzone einchecken:

Bewerb	Check-In	Check-Out
Sprintdistanz	06:00 - 07:15 Uhr	Bis 14:30 Uhr
Kurzdistanz	06:00 - 07:15 Uhr	Bis 14:30 Uhr
Mitteldistanz	06:00 - 07:15 Uhr	Bis 14:30 Uhr

Zur Einhaltung des Zeitplans bitten wir um strikte Beachtung der angegebenen Zeiten.

Wichtige Hinweise zum Fahrrad-Check-in

Bitte stelle sicher, dass dein Fahrrad vor dem **Check-in** voll funktionsfähig ist. Beim Check-in müssen dein Helm geschlossen und deine Startnummer gut sichtbar sein. Die Aufkleber für dein Fahrrad und deinen Helm musst du bereits angebracht haben.

Stelle dein Fahrrad an dem dir zugewiesenen Platz auf den Fahrradständern ab, der deiner Startnummer entspricht.

Der Zutritt zur Wechselzone ist ausschließlich Athleten vorbehalten.

Check-out nach dem Rennen

Der **Check-out** beginnt, sobald alle Athleten eines Rennens das Radfahren beendet haben. Bitte beachte die Check-out-Zeiten. Fahrräder und Ausrüstung, die danach nicht abgeholt wurden, werden entfernt. Der Veranstalter übernimmt in diesem Fall keine Haftung.



Folgende Zusätze gelten für den Aquabike-Bewerb:

- Steige bei der Dismount Line vom Rad ab, und laufe in die zweite Wechselzone zum Wechselplatz
- Deine Ziellinie ist die Zeitnehmungsmatte vor der zweiten Wechselzone
- Du kannst danach der Laufstrecke folgend in das Ziel einlaufen und dir deine verdiente Medaille abholen.
- Dort findest du dann auch deine Zielverpflegung



Folgende Zusätze gelten für den Bike&Run Bewerb:

- Dein Start erfolgt VOR der Zeitmessmatte in der ersten Wechselzone
- Du startest selbstständig während einer Lücke der Triathleten. Wenn du bereit bist, und deine Selbsteinschätzung deiner Leistung es für richtig hält, läufst du über die Matte und startest deinen Bewerb.

WECHSELZONE

ALOHA
SPORT



STAFFELÜBERGABE



Bei Staffeln erfolgt die Übergabe des Zeitmesschips direkt am jeweiligen Wechselzonenplatz.

Schwimmt ein Teilnehmer sowohl für eine Staffel als auch als Einzelathlet, sind folgende Punkte zu beachten:

- Beide Zeitmesschips müssen während des Schwimmens am Fußgelenk getragen werden.
- Zuerst ist der Staffel-Zeitmesschip am Staffel-Übergabeplatz in der Wechselzone abzugeben.
- Danach wird der Wechsel am individuellen Einzelwechselplatz vollzogen, um das Rennen als Einzelstarter fortzusetzen.

STRECKENINFORMATIONEN



Toiletten auf der Strecke findest du hier:

- Öffentliche Toilette beim Schwimmstart
- Öffentliche Toilette beim Swim-Exit Parkplatz
- Wechselzone

Die Radstrecke ist klar gekennzeichnet, aber **nicht für den öffentlichen Verkehr gesperrt**.
Die Straßenverkehrsordnung (StVO) ist zwingend einzuhalten.

Besondere Vorsicht ist bei Gefahrenstellen wie 'engen Kurven' geboten. Im östlichen Teil des Mondsee – nach dem Kienbergwandtunnel und nach der Ortschaft „Ort am Mondsee“ ist die Straße schmal und das Überholen für PKW nicht immer gefahrenlos möglich. Bitte hier um besondere Rücksichtnahme und keine Überholtorgänge von PKWs.

Wir machen zudem ausdrücklich auf mögliche Straßenschäden an mehreren Stellen aufmerksam. Diese Bereiche werden markiert; bitte passe dein Fahrverhalten entsprechend an.

Windschattenfahren ist auf allen Distanzen strengstens verboten!

RADSTRECKE

ALOHA
SPORT

ACHTUNG Streckenteilung!



Au: Athleten der Mitteldistanz biegen rechts Richtung Attersee ab. Sprintdistanz und Kurzdistanz Athleten fahren links entlang des Mondsee nach Mondsee retour.

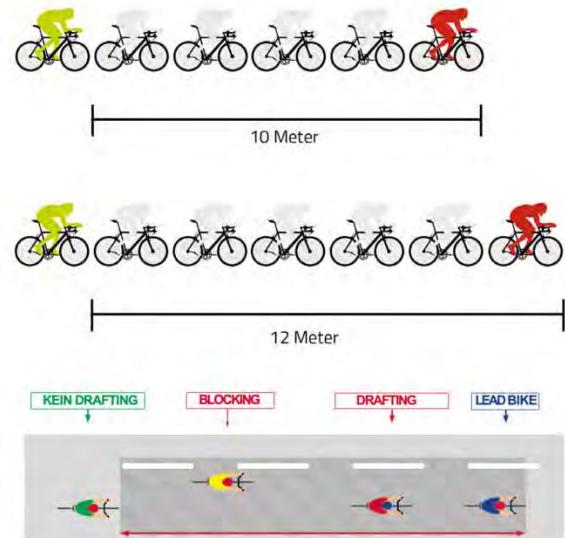
Loibichl: Athleten der Mitteldistanz und Kurzdistanz biegen rechts Richtung Oberwang (Wendepunkt!) ab. Athleten der Sprintdistanz fahren gerade aus Richtung Mondsee weiter

WINDSCHATTENBOX

ALOHA
SPORT

Gilt bei einem Wettkampf "Windschattenverbot", muss der Athlet die "Windschattenbox" des Vordermanns (verbotener Bereich für andere Fahrer) innerhalb von 20 Sekunden wieder verlassen. In die Windschattenbox darf nur bei einem Überholvorgang, an Verpflegungsstellen, aus Sicherheitsgründen oder in starken Steigungen bzw. Gefällen eingefahren werden. Die Breite der Windschattenbox beträgt drei Meter. Die Länge ist von der Distanz des Wettkampfes abhängig. Bei der Sprint- sowie der Olympischen Distanz ist die Windschattenbox 10 Meter lang. Bei der Mitteldistanz und Langdistanz beträgt die Länge der Windschattenbox 12 Meter.

Wer unerlaubt in der Windschattenbox fährt, wird von einem Technical Official mit einer mehrminütigen Zeitstrafe bestraft. Diese ist im nächsten "Penaltyzelt" abzusitzen. Bei mehrmaligem Vergehen droht eine Disqualifikation.



LABESTATIONEN



Folgende Labestellen warten auf dich. An diesen gibt es Produkte von Omni Biotic:

RADSTRECKE

Wasser und Iso (Mitteldistanz)

Mitteldistanz ca. KM 14,5 ca. KM 61



LAUFSTRECKE

Wasser und Iso (alle Bewerbe)

Coca Cola und Silberpfeil Energy und Gels (Mitteldistanz)

Sprintdistanz KM 3

Kurzdistanz KM 3 KM 8

Mitteldistanz KM 3 KM 8 KM 13 KM 18

LITTERINGVERBOT: Müll sowie Trinkflaschen dürfen nur in den gekennzeichneten Zonen vor und nach den Labestationen weggeworfen werden.

EIGENVERPFLEGUNG

Ist nicht erlaubt.

STRECKENBEGLEITUNG

Um einen fairen Wettkampf zu gewährleisten, ist die Begleitung von Teilnehmern auf der Rad- und Laufstrecke durch Dritte verboten. Ein Verstoß gegen diese Regel führt ohne Vorwarnung zur Disqualifikation.

AUFGABE DES RENNENS



AUFGABE DES RENNENS

Solltest du dich entscheiden, den Wettkampf abzubrechen, ist eine sofortige Abmeldung bei einem Technical Official zwingend erforderlich. Gib dazu deine Startnummer ab und melde die Aufgabe bei der Rennleitung.

Den Zeitmess-Chip musst du ebenfalls in der Wechselzone abgeben.

Bitte beachte: Es gibt keinen Besenwagen. Die Rückkehr zum Eventgelände erfolgt eigenverantwortlich.

PENALTY BOX



PENALTY BOX

Wenn du von einem Technical Official eine Strafe bekommst, musst du diese in der **Penalty Box** absitzen.

Die Penalty Box für die Radstrecke findest du **etwa 200 Meter vor der Abstiegslinie**.

Wichtiger Hinweis für Staffelteilnehmer: Als Radfahrer musst du deine Strafe **zuerst absitzen**, bevor du die Übergabe an deinen Staffelläufer durchführen kannst.

ALOHA EVENT CITY



Ob Athlet oder Besucher – die **ALOHA Event City** ist der perfekte Ort, um in die einzigartige Atmosphäre des ALOHA TRI Mondsee einzutauchen.

Hier kannst du dich mit anderen austauschen, entspannen und das Event in vollen Zügen genießen.

Nutze die Gelegenheit, um an den **Expoständen unserer Partner** zu stöbern oder dich von den kulinarischen Köstlichkeiten unseres **Foodtrucks** verwöhnen zu lassen.

Unser Tipp für Athleten:

Besuche das **ALOHA TASTE TukTuk!** Mit deinem Athletenarmband erhältst du einen Euro Rabatt auf alle Kaffees, die unser Barista frisch für dich zubereitet.

PASTA PARTY

by HOTEL JAKOB



Einladung zur exklusiven Pasta-Party

Alle Athleten der Mitteldistanz und ihre Begleitpersonen sind herzlich zur exklusiven Pasta-Party an Bord der **MS Mondseeland** eingeladen!

Stärkt euch vor dem Wettkampf mit der besten Pasta und süßen Nachspeisen vom beliebten **Triathlon-Hotel Jakob**. Genießt während der Fahrt die malerische Kulisse des Mondsees, überblickt die beeindruckende Landschaft und schießt fantastische Fotos.

Abfahrt: 16:30 Uhr (Boarding ab 16:15 Uhr)

Rückkehr: 18:00 Uhr

Treffpunkt: Mondseeland-Anlegestelle

Wichtige Informationen zur Veranstaltung

Die Teilnahme ist auf **50 Personen** begrenzt. Bei gutem Wetter können wir die Kapazität auf 120 Personen erhöhen.

Begleitpersonen: Pro Begleitperson fällt ein Unkostenbeitrag von **25 €** an, der vor Ort zu entrichten ist.

Anmeldung: Bitte meldet euch unbedingt im Voraus über die offizielle Event-Seite an: www.triathlon-mondsee.at/pastaparty.



Jetzt fehlt nur noch eins:

Wir wünschen euch von Herzen alles
Gute für das Rennen! Möge der
ALOHA TRI Mondsee 2025 ein
fantastisches und unvergessliches
Erlebnis für euch werden.

Wir können es kaum erwarten, euch
zu sehen!