

# austria extreme

## TRIATHLON

### Haundbuach 2018 race manual deutsch



the new generation of winners

sponsored by



# **Austria eXtreme Triathlon Haundbuach 2018**

Version 1, 11/07/2017 Haundbuach (Manual)

Wir sind ein motiviertes Team und organisieren den Austria eXtreme Triathlon aus reiner Leidenschaft zum Sport. Lest euch vorab das Haundbuach (Race Manual) sorgfältig durch um auftretende Fragen selbst zu beantworten. Solltet Ihr dennoch Fragen haben stellt diese entweder auf **Deutsch oder Englisch!**

Dieses Haundbuach gibt eine Vorinformation zum Austria eXtreme Triathlon auf österreichischem Boden. Detailliertere Informationen für die Teilnehmer folgen 2018 nach der Registrierung in Form eines Stroßnbuachs (Roadbook), mit genauen Wegbeschreibungen.

Aus Gründen der leichteren Lesbarkeit wird durchgängig die männliche Schreibweise verwendet. Inhaltliche Änderungen vorbehalten!

## **Austria eXtreme Triathlon - die sportliche Herausforderung**

**Austria eXtreme Triathlon 2018 ist die 4. eXtreme Triathlon Auflage seiner Art in Österreich. Die Athleten und ihre Betreuer erwartet eine sportliche Herausforderung inmitten des Grünen Herzens Österreichs: Von der Landeshauptstadt Graz über das Murtal, Lachtal, SölktaI, Ennstal bis hin zum FuÙe des höchsten Berges der Steiermark den Dachstein. Die abwechslungsreiche Landschaft und die mitreißend motivierende Atmosphäre des Wettbewerbs versprechen ein grandioses Abenteuer für alle Beteiligten. Im Vordergrund steht dabei nicht die Zeitmessung, sondern ein unvergleichliches sportliches Erlebnis.**

Die Strecke des Austria eXtreme Triathlon ist mit mehr als +5.800 Höhenmetern genauso atemberaubend schön wie herausfordernd.

Die Athleten und ihre Betreuer begeben sich auf eine spannende Reise mit traumhaften Landschaften, die sie quer durch das Grüne Herz Österreichs führt.

Dieser Triathlon versteht sich als Langstrecken Bewerb mit Herz.

Die Atmosphäre unter den Athleten, Betreuern, Partner und der Crew ist familiär und relaxt.

Die Zeitmessung ist dabei zweitrangig. Im Vordergrund stehen vielmehr der persönliche Einsatz und das herausfordernde Abenteuer, welches die Athleten mit ihren Betreuern teilen.

Die gewinnbringende Erfahrung inmitten spektakulärer Kulissen und atemberaubender Naturlandschaften machen die Veranstaltung zu einem unvergesslichen sportlichen Erlebnis.

# Erläuterungen zur Schwimm-, Rad- und Laufstrecke

## Schwimmstrecke:

Die Schwimmstrecke verläuft in der Mur, dem Hauptfluss der Steiermark der durch Österreich, Slowenien, Kroatien und Ungarn fließt und in Teilen seines Verlaufs auch die Grenze zwischen den Staaten bildet. Die Wasserqualität beträgt Güteklasse zwei. Bei Aufgabe eines Athleten muss das Organisationsteam zumindest telefonisch unter der **Hotline Nummer +43 664 587 0001** darüber informiert und das GPS Tracking System am nächst gelegenen Checkpoint abgegeben werden!

---

## Radstrecke:

Bezüglich Höhenmeter ist dieses Teilstück das anspruchsvollste. Denk daran, deine Kräfte richtig einzuteilen und wähle ein entsprechendes Tempo.

### Gaberl

Am Gaberl, einer ehemaligen Römerstraße, angekommen kannst du schon erstmals Richtung Dachstein sehen. Jetzt geht es steil bergab ins Murtal.

### Lachtal

Wenn du am Schönberg angekommen bist, wirst du landschaftlich immer wieder belohnt. Die Burg Rothenfels im Wölzertal ist eine der wenigen mittelalterlichen Burgen, die ihr ursprüngliches Aussehen bis heute erhalten hat.

### Sölkpass

Der Sölkpass mit Steigungen zwischen acht und 12% erhebt sich nun vor dir. Er verbindet das Ennstal im Norden mit dem oberen Murtal im Süden und überquert dabei die Schladminger Tauern.

Am Sölkpass bist du auf einer Höhe von +1.790 Metern. Als Belohnung für deine bisherigen Mühen fährst du ins schöne Tal ab. ACHTUNG, gefährliche Abfahrt!

### Checkpoint

An jedem Checkpoint bist du dazu verpflichtet, mit der Crew verbalen Kontakt aufzunehmen!

Bei Aufgabe eines Athleten muss das Organisationsteam zumindest telefonisch unter der Hotline-Nummer darüber informiert und das GPS Tracking System am nächst gelegenen Checkpoint abgegeben werden!

## Laufstrecke:

### Sölksperr

An der grandiosen Sölksperr steigst du vom Rad ab und kannst die Schönheit der Natur so richtig in dir aufsaugen. Ab hier beginnt die Laufstrecke.

### Strubschlucht

Es geht in die Strubschlucht; diese trennt das Klein- und Großsölkta. Über Jahrhunderte hat der Bach Marmoradern freigelegt, die in der Schlucht gut sichtbar sind.

### Michaelerberg-Pruggern/Aich

Nach ungefähr neun Kilometern erreicht ihr Michaelerberg-Pruggern. Die Ortsgemeinde entstand als autonome Körperschaft im Jahre 1850.

### Silberkarklamm

Die Silberkarklamm ist eine romantische Wildwasserklamm im Herzen des Dachsteingebiets. Im 15. Jahrhundert wurde Silber hier abgebaut. Wilde Natur mit alpinen Pflanzen entlang der rauschenden Wasserfälle führt zur Silberkarhütte.

### Lodenwalker

In diesem traditionsreichen Gewerbebetrieb aus 1434 werden feine Anzüge und Kostüme, praktische Jacken, Mäntel, strapazfähige Sport- und Winterbekleidung sowie Schladminger Socken und Accessoires aus reiner Schurwolle produziert. Führungen werden das ganze Jahr über an Wochentagen angeboten.

**Hier parken die Betreuer!**

### Ramsau am Dachstein

Ramsau am Dachstein ist die größte steirische Tourismusgemeinde mit einem sonnigen, waldreichen, nach Süden offenen Hochplateau. Die Ortschaft ist eine Streusiedlung an der Dachstein-Südseite mit einer Naturparklandschaft auf drei Etagen.

Ramsau-Türlwand: +1.700 Meter bis +1.900 Meter, eine nach Süden offene Hochalmfläche mit weitläufigen Wandernetzen zu den Dachstein-Schutzhütten.

Von der Aussichtsplattform Dachstein-Skywalk bietet sich ein unvergleichlicher Ausblick.

### Südwandhütte

Die Dachstein Südwandhütte liegt am Fuße der Dachstein Südwände auf +1.910 Meter Seehöhe. Kürzester Anstieg über bequemen Fußweg von der Gletscherbahn in ca. 35 Gehminuten, schöne Rundwanderwege zurück zum Parkplatz.

Herrliche Aussicht von der Sonnenterrasse! Hier werden Sie mit regionalen Speisen und Getränken verwöhnt. Ausgangspunkt für Hüttenwanderungen, sämtliche Klettertouren und Klettersteigen im Dachsteingebiet.

### Checkpoint

An jedem Checkpoint seid ihr dazu verpflichtet, mit der Crew verbalen Kontakt aufzunehmen!

# 1. Zusammenfassung

3,8 Kilometer Flussschwimmen, 186 Kilometer Radfahren, 44 Kilometer Laufen und das über +5.800 Höhenmetern. Das ist der Austria eXtreme Triathlon.

Der Startschuss fällt am 23.06.2018 südlich der steirischen Landeshauptstadt Graz. Alle Athleten und ihre persönlichen Betreuer registrieren sich bereits am Vortag, dem 22.06.2018 ab 16:00 Uhr.

Der genaue Ort wird im Stroßnbuach 2018 (Roadbook 2018) veröffentlicht.

Dort werden die Startnummern ausgegeben und es erfolgt ein letztes Briefing für die Akteure. Diese Registrierung mit seinem Betreuer ist für einen Start unerlässlich.

Die Startplatzvergabe erfolgt nach dem Prinzip „First Come – First Serve“. Die Anmeldung wird erst durch die Rückmeldung vom Veranstalter mit der Startnummer, welche du per Mail bekommst fixiert. Insgesamt werden 125 Einzelstartplätze vergeben.

Die endgültige Starterliste wird Anfang Jänner 2018 auf der Homepage von Austria eXtreme Triathlon veröffentlicht - [www.autxtri.com](http://www.autxtri.com)

Jeder Athlet benötigt einen persönlichen Betreuer. Dieser muss sich mit dem Organisationsteam in deutscher oder englischer Sprache verständigen können. Dieser sogenannte „Supporter“ muss für das Organisationsteam stets über ein funktionsbereites Mobiltelefon erreichbar sein. Pro teilnehmenden Sportler ist der Organisation ein Betreuer sowie ein PKW-Kennzeichen und die Handynummer unter der er erreichbar ist, bekanntzugeben. Das Fahrzeug wird am Vortag des Triathlons bei der Registrierung mit einer Plakette gekennzeichnet.

Dieses Auto darf zu keiner Zeit des Triathlons unmittelbar vor bzw. hinter dem Athleten fahren. Aus dem fahrenden PKW darf nichts entgegengenommen werden und dem Athleten ist es nicht gestattet sich am Auto abzustützen oder sich hinein zu setzen.

Das Fahren im Windschatten ist ebenfalls nicht erlaubt.

Die Laufstrecke ist nur teilweise mit dem Auto befahrbar.

Eine Begleitung zu Fuß ist erlaubt, das Begleiten mit Fahrrädern ist auf der gesamten Laufstrecke verboten. Ebenfalls sind alle fahrbaren Untersätze mit Motorisierung z.B. E-Bikes, etc. auf der gesamten Laufstrecke nicht erlaubt!

Das Verwenden von Stöcken jeglicher Art ist verboten!

Das Betreuer Auto darf nur auf öffentlichen Parkplätzen abgestellt werden. Eine entsprechende Karte mit verzeichneten Parkplätzen wird dem Stroßnbuach 2018 beigelegt. Generell gilt die österreichische Straßenverkehrsordnung (StVO).

Der Betreuer darf seinen Athleten entlang der Strecke begleiten und verpflegen.

Das Mitführen von Tieren auf der Strecke ist verboten. Wir empfehlen dem Athleten ab Beginn der Laufstrecke einen Trinkrucksack mitzuführen. Beide müssen jeweils ab dem Checkpoint Silberkarklamm einen Rucksack mit fester und flüssiger Nahrung, warmer Kleidung, Notfallsdecke und einer funktionstüchtigen Stirnlampe mit sich tragen.

Das **Nenngeld** beträgt **390 Euro** und enthält zusätzlich zur Startgebühr:

- Finisher T-Shirt für Athlet und Betreuer
- Dachstein Maut für ein Auto
- Transfer zur Silberkarklamm
- Service durch die Crew vor Ort
- Gemeinsamer Brunch am 24.06.2018 für alle Athleten und deren registrierten Betreuer in der Veranstaltungshalle Ramsau
- Gruppenfoto (online)
- Stroßnbuach (Roadbook) in Print-Version

Bei Rücktritt von der Veranstaltung bis 31.12.2017 wird eine Bearbeitungsgebühr in der Höhe von 140 Euro einbehalten.

Bei Rücktritt von der Veranstaltung bis zum 01.03.2018 wird die Teilnahmegebühr, abzüglich einer Bearbeitungsgebühr in der Höhe von 190 Euro ohne Bekanntgabe von Gründen zurückerstattet.

Bei Absage zwischen 01.03.2018 (23:59 MEZ) und 31.03.2018 (23:59 MEZ) fällt bei Vorlage eines ärztlichen Attests eine Bearbeitungsgebühr von 190 Euro an.

Ohne ärztliches Gutachten wird das gesamte Startgeld einbehalten.

Nach dem 01.04.2018 muss die gesamte Teilnahmegebühr einbehalten werden.

Ein Übertragen des Startplatzes auf das Folgejahr ist nicht möglich!

Ein Übertragen des Startplatzes auf eine andere Person ist nicht möglich!

Diese Stornobedingungen müssen **streng** eingehalten werden, um das Event vor finanziellen Schäden zu schützen.

Übernachtung, Verpflegung, Anreise und Sonstiges müssen vom jeweiligen Team rund um den Athleten selbst organisiert und finanziell getragen werden. Tipps für Übernachtungsmöglichkeiten finden sich im detaillierten Stroßnbuach 2018 (Roadbook 2018) bzw. werden auf der Homepage [www.autxtri.com](http://www.autxtri.com) verlinkt. Lediglich der schnellste männliche und weibliche Teilnehmer werden hervorgehoben. Ein Preisgeld wird nicht ausbezahlt.

Am medizinischen Checkpoint ist den Anweisungen des Arztes unbedingt Folge zu leisten. Die medizinische Crew ist jederzeit befugt, einen Athleten aus gesundheitlichen Gründen von der weiteren Teilnahme auszuschließen. Eine Fortsetzung auf eigene Verantwortung ist nicht möglich.

Bei Aufgabe eines Athleten muss das Organisationsteam zumindest telefonisch darüber informiert werden und das GPS muss am nächsten Checkpoint abgegeben werden.

Siegerehrung (Sonntag, 24. Juni 2018)

Alle Athleten und deren registrierte Betreuer werden vom Verein Austria eXtreme Triathlon am 24. Juni 2018 zu einem Brunch in der Ramsauer Eventhalle (Adresse: Ramsau 350, A- 8972 Ramsau am Dachstein GPS-Daten: 47°25'11.9"N 13°39'07.8"E) eingeladen.

Im Rahmen dieses Brunchs (09:00 – 12:00 Uhr) findet die Verleihung der Finisher T-Shirts statt. Anschließend findet das Gruppenfoto statt.

### Brunch

Bis spätestens 15.06.2018 ist auf der Homepage unter der Rubrik Service „Anmeldung Brunch“ die Anzahl der zusätzlichen Tickets für weitere Personen (Kosten: 25€ p.P.) bekannt zu geben. Zu einem späteren Zeitpunkt können aus organisatorischen Gründen keine weiteren Wünsche berücksichtigt werden.

## **2. Teilnahmebedingungen**

### **Folgende Teilnahmebedingungen gelten für den Austria eXtreme Triathlon:**

Jedem Teilnehmer eines Langdistanz Triathlons muss die extreme körperliche Herausforderung bewusst sein.

Das Ausreizen der persönlichen Grenzen obliegt eigenverantwortlich dem Teilnehmer und seinem Betreuer. Wie bereits erwähnt spielt die Zeitnehmung eine untergeordnete Rolle. Austria eXtreme Triathlon will seinen Teilnehmern in erster Linie ein unvergessliches sportliches Erlebnis ermöglichen.

Am Kurs gibt es keinen Schiedsrichter.

Austria eXtreme Triathlon geht davon aus, dass seine Teilnehmer sich den anderen Athleten und Betreuern gegenüber fair verhalten und sich in der Natur respektvoll bewegen. Es gilt auf allen Straßen die STVO (Straßenverkehrsordnung).

Fairness und Sicherheit ist ein Grundprinzip des Austria eXtreme Triathlons, d.h. die Athleten beenden den Triathlon aus eigener Muskelkraft.

Der Veranstalter hat auch das Recht aufgrund Eintritts höherer Gewalt die Streckenführung zu verändern oder im schlimmsten Fall das Event ohne Angabe von Gründen abzusagen.

Der Veranstalter haftet nicht für Unfälle, Schadenfälle und Diebstahl.

Im Falle von Abweichungen zwischen den verschiedenen Sprachversionen gilt die Deutsche Version.

Hiermit erkläre ich mich damit einverstanden, dass im Rahmen der Presse-/Öffentlichkeitsarbeit Fotos oder Filmaufnahmen von meiner Person angefertigt bzw. veröffentlicht werden dürfen. Die Fotos oder Filmaufnahmen dürfen zeitlich, räumlich, sachlich und inhaltlich unbeschränkt veröffentlicht werden.

Als Gerichtsstand gilt Graz!

### **Reglement für Athleten und Betreuer**

Schiedsrichter sind nicht vorgesehen. Die Veranstalter appellieren an die Verantwortung, Vernunft und Fairness der Teilnehmer.

Lassen Athleten oder Betreuer Abfall zurück, wird das Team umgehend vom Wettbewerb ausgeschlossen. Alle Teilnehmer verpflichten sich mit der Teilnahme am Triathlon, anderen Wettkämpfern in Notsituationen zu helfen.

## **Allgemeine Informationen Startplätze**

Beim Austria eXtreme Triathlon stehen 125 Startplätze zur Verfügung. Diese erfolgt nach dem Prinzip „First Come – First Serve“. Die Anmeldung wird erst durch Zusendung der Startnummer per Mail sichergestellt.

Der Veranstalter nimmt sich das Recht Athleten abzulehnen!

Der Startplatz ist personengebunden und nicht übertragbar. Darum müssen sich die Athleten bei der Registrierung (Briefing) am Vortag des Triathlons mittels eines amtlichen Lichtbildausweises ausweisen. Das Austria eXtreme Triathlon Haundbuach 2018 (Manual 2018) muss vor der Anmeldung genau durchgelesen werden.

## **Teilnahmegebühr**

Die Teilnahmegebühr beträgt 390 Euro und wird mit Mastercard und VISA-Card verrechnet. Änderungen durch ein adäquates Zahlungssystem vorbehalten!

## **Warteliste**

Es gibt keine Warteliste!

## **Starterliste**

Die endgültigen Teilnehmer von Austria eXtreme Triathlon 2018 werden Anfang Jänner 2018 auf der Website ([www.autxtri.com](http://www.autxtri.com)) des Triathlons veröffentlicht.

# **3. Verpflichtender Betreuer**

## **Verantwortung des Betreuers**

Jeder Athlet benötigt einen persönlichen Betreuer, der ihn während des Triathlons begleitet und ihn auf Rad und Laufstrecke verpflegt. Entlang der Radstrecke kann die Verpflegung zu jeder Zeit stattfinden.

Die Laufstrecke ist mit Fahrzeugen kaum befahrbar.

**Ohne registrierten Betreuer** erhält der Athlet **keine Startnummer**.

Während des gesamten Triathlons übernimmt der Betreuer die Verantwortung für seinen Athleten und muss sich mit den Veranstaltern in deutscher oder englischer Sprache verständigen können.

Die Daten des Betreuers müssen bereits bei der Anmeldung für die Auslosung bekannt gegeben werden. Dadurch kann die Crew von Austria eXtreme Triathlon sowohl Athlet als auch Betreuer bis zum Start des Wettbewerbs mit Informationen zum Event per E-Mail versorgen.

Der Betreuer kann bis zur Registrierung am Vortag des Rennens neu nominiert werden.

**Für den Wettbewerb ist pro Athlet lediglich ein Betreuer Fahrzeug erlaubt. In diesem können jedoch mehrere Personen mitfahren, um den Athleten zu begleiten und zu versorgen.**



Das Fahrzeug wird durch die Austria eXtreme Triathlon Organisation gekennzeichnet. Wir empfehlen aus Platzmangel auf Bergstraßen keine Busse oder Wohnmobile über 3,5 Tonnen zu verwenden.

Die strenge Limitierung der Fahrzeuge ist zu Gunsten des Triathleten. Zudem besteht auf schmalen Passstraßen nur beschränkte Möglichkeit zu parken bzw. das Auto abzustellen.

### **Begleitung des Athleten ab Checkpoint Silberkarklamm**

Ab Checkpoint Silberkarklamm ist der Betreuer verpflichtet den Athleten laufend bzw. gehend bis ins Ziel zu begleiten. Beide müssen zusammen die Ziellinie überqueren, um den Triathlon erfolgreich und ordnungsgemäß zu beenden.

Bei Nichteinhaltung erfolgt die Disqualifikation!

### **Betreuer T-Shirt**

Da die Betreuer eine wichtige Rolle beim Austria eXtreme Triathlon spielen, erhalten sie am Sonntag bei der Siegerzeremonie ein eigenes Finisher T-Shirt. Pro Athlet wird ein Betreuer T-Shirt ausgegeben. Die erforderliche Konfektionsgröße muss bei der Anmeldung angegeben werden und kann danach nicht mehr geändert werden!

### **Medizinische Betreuung**

Das Mediziner Team ist zu jeder Zeit des Wettbewerbs autorisiert, einen Athleten von der Fortsetzung des Rennens aufgrund medizinischer Gründe auszuschließen. Eine Weiterführung des Rennens auf eigene Verantwortung des Athleten ist verboten.

## **4. Rücktrittsbedingungen**

**Um Austria eXtreme Triathlon vor finanziellen Schäden zu schützen, gelten folgende Stornobedingungen:**

**Rücktritt bis zum 31.12.2017 (23:59 MEZ):** Es wird eine Bearbeitungsgebühr von 140 Euro vom Veranstalter einbehalten.

**Rücktritt bis zum 01.03.2018:** Ohne Angabe von Gründen wird das Nenngeld abzüglich 190 Euro Verwaltungsgebühr refundiert.

**Rücktritt zwischen 01.03.2018 (23:59 MEZ) und 31.03.2018 (23:59 MEZ):** Für die Rückerstattung von 200 Euro ist die Vorlage eines ärztlichen Attests erforderlich. Eine Bearbeitungsgebühr von 190 Euro wird einbehalten.

**Rücktritt nach dem 01.04.2018:** Das gesamte Startgeld muss einbehalten werden. Eine teilweise Refundierung ist auch bei Vorlage eines ärztlichen Attests nicht mehr möglich.

### **Preisgeld**

Es wird kein Preisgeld ausbezahlt!

## **Zeitnehmung**

Für die Austria eXtreme Triathlon Crew ist jeder der über die Ziellinie kommt ein Sieger. Gesondert hervorgehoben werden die schnellste Frau und der schnellste Mann. Die Zeitnehmung erfolgt durch ein GPS-Tracking System.

## **Registrierung und Briefing**

Die Startnummernausgabe und ein letztes Briefing von Athlet und Betreuer findet am Tag vor dem Austria eXtreme Triathlon, **Freitag den 22.06.2018** statt. Diese Registrierung ist für Athlet und Betreuer verpflichtend, um beim Triathlon starten zu dürfen.

## **Sieger-Zeremonie am Sonntag, 24.06.2018**

Die Ehrung jener Athleten mit deren registrierten Betreuer, die es gemeinsam durchs Ziel des Austria eXtreme Triathlon geschafft haben, wird am Sonntagmorgen nach dem Rennen vollzogen.

## **Zuschauer**

Zuschauer sind sowohl beim Start des Rennens, als auch auf der Strecke und im Zielbereich herzlich willkommen. Fans werden gebeten, die Parkplätze entlang der Radstrecke für die Betreuer frei zu halten.

## **5. Ablauf der Veranstaltung**

### **Freitag, 22.06.2018 ab 16:00 Uhr**

#### **Registrierung und Startnummernvergabe um 16:00 Uhr**

Die Athleten und ihre Betreuer registrieren sich gemeinsam. Ort und genauer Zeitpunkt der Registrierung werden im Stroßnbuch 2018 (Roadbook 2018) bekannt gegeben.

Bei der Registrierung ist die Vorlage eines Lichtbildausweises für Athlet und Betreuer verpflichtend.

#### **Briefing um 17:00 Uhr**

Um 17:00 Uhr hält die Rennleitung ein Briefing für alle Akteure ab. Athlet und deren registrierter Betreuer hat dabei anwesend zu sein: Es werden wichtige und aktuellste Informationen zum Rennablauf bekannt gegeben.

**Samstag, 23.06.2018, 04:30 Uhr**

## **Schwimmen**

Um 04:30 Uhr früh beginnt der Austria eXtreme Triathlon in Altarm-Thondorf, südlich der steirischen Landeshauptstadt Graz.

Die Wassertemperatur der Mur beträgt 10 bis 14 Grad Celsius.

Das Tragen eines Neoprenanzugs ist verpflichtend.

## **Betreuer Info Schwimmen**

Die Wechselzone ist ab 03:15 Uhr für den Betreuer geöffnet. Der Betreuer ist für das Rennrad und dem Equipment des Athleten zuständig und verantwortlich.

Der Veranstalter übernimmt dafür keine Haftung. Wenn der Athlet die Wechselzone verlassen hat, muss der Betreuer diese ebenfalls räumen.

**Cut-off-Zeit für das Schwimmen: 06:30 Uhr**

## **Radfahren**

Insgesamt werden ca. +3.950 Höhenmeter auf 186,6 Kilometern Strecke überwunden. Diese dürfen nur mit ein und demselben Fahrrad zurückgelegt werden! Da es keine gesonderten Straßensperren für den Bewerb gibt, muss auf den öffentlichen Verkehr geachtet werden. Insbesondere auf Pässen und Bergabfahrten gilt besondere Vorsicht. Ein Fahren im Windschatten ist nicht erlaubt. Auf den befahrenen Straßen gilt die österreichische Straßenverkehrsordnung (StVO).

## **Betreuer Info Radfahren**

Pro Athlet ist ein vom Organisationsteam gekennzeichnetes Betreuer Fahrzeug (PKW bis maximal 3,5 Tonnen) zugelassen. Der Betreuer darf weder unmittelbar vor noch hinter dem Athleten herfahren. Aus dem fahrenden Auto darf nichts entgegengenommen werden. Der Athlet darf sich am Fahrzeug nicht abstützen oder sich in dieses setzen. Auf der gesamten Radstrecke darf der Betreuer den Athleten verpflegen. Der Betreuer hat sein Fahrzeug dabei nur auf öffentlichen Parkplätzen abzustellen – ob zur Verpflegung oder um zu parken.

Im Stroßnbuach 2018 (Roadbook 2018) sind entsprechende Treffpunkte für Athlet und Betreuer verzeichnet.

Die Wechselzone befindet sich beim Staudamm Großsölk. Der Betreuer gestaltet dort den Wechsel auf den Laufbewerb und muss diese Zone unmittelbar nach Verlassen des Athleten wieder räumen.

**Cut-off-Zeit für das Radfahren: 17:00 Uhr**

## **Laufen**

Insgesamt werden ca. +1.900 Höhenmeter auf 44 Kilometern Strecke überwunden. Jeder Athlet sollte ausreichend flüssige und feste Nahrung zur Verfügung haben.

## **Betreuer Info Laufen**

Athlet und Betreuer müssen jeweils einen Rucksack mit fester und flüssiger Nahrung, warmer Kleidung (Jacke, Regenschutz, Kopfbedeckung, Handschuhe, Notfalldecke)

und jeweils einer funktionstüchtigen Stirnlampe mit sich tragen. Empfohlene Flüssignahrung: mindestens 1 Liter; feste Nahrung: Energieriegel. Die Laufstrecke ist mit motorisierten Fahrzeugen nur teilweise befahrbar. Eine Begleitung zu Fuß ist erlaubt, das Begleiten mit Fahrrädern ist auf der gesamten Laufstrecke verboten. Ebenfalls sind alle fahrbaren Untersätze mit Motorisierung z.B. E-Bikes, etc. auf der gesamten Laufstrecke nicht erlaubt! Das Verwenden von Stöcken jeglicher Art ist verboten! Das Betreuer Auto ist auf öffentlichen Parkplätzen abzustellen. Ab Checkpoint Silberkarklamm muss der Betreuer den Athleten ins Ziel begleiten. Beide müssen zusammen die Ziellinie überqueren, um den Triathlon erfolgreich und ordnungsgemäß zu beenden.

**Cut-off-Zeit für das Laufen bis zum CP Aich: 19:00 Uhr**

**Cut-off-Zeit für das Laufen bis zum CP Silberkarklamm: 20:00 Uhr**

**Cut-off-Zeit für das Laufen bis zum CP Glös-Alm: 22:15 Uhr  
Zielschluss: 00:00 Uhr**

**Sonntag, 24.06.2018, 09:00 Uhr**

Am Sonntagmorgen treffen sich Athleten, Betreuer und Teams zur offiziellen Siegerehrung, bei der allen „Finishern“ ein Austria eXtreme Triathlon T-Shirt überreicht wird. Die Zeremonie wird von 09:00 bis 12:00 Uhr im Rahmen eines Brunches stattfinden. Danach bittet die Austria eXtreme Triathlon Crew zum gemeinsamen Gruppenfoto aller Finisher.

Weitere Details zum Event erfahren alle Teilnehmer des Austria eXtreme Triathlons im Stroßnbuch (Roadbook), das 2018 ausgegeben wird.

**The new generation of winners!**

