



MIT OLYMPIASIEGERIN  
NICOLA SPIRIG

# MERKBLATT

## SONNTAG, 9. SEPTEMBER 2018

Mach mit und zeige, dass Du viel Spass am Sport hast und bereits ein kleiner Olympiasieger in Dir steckt. Nicola Spirig wünscht Dir viel Erfolg!

### WICHTIGE PUNKTE ZUM TRIATHLONABLAUF

1. Befestige Deine Startnummer an Deinem Lauf- bzw. Fahrradshirt.
2. Stelle Dein Fahrrad in die Wechselzone entsprechend Deiner Startgruppe oder Deinem Jahrgang.
3. **In der Wechselzone und im KSS Gelände wird nicht Radfahren.**
4. **Radfahren wird erst auf der Strasse. Bitte bis dorthin das Fahrrad schieben.**
5. **Das Tragen eines Helms ist obligatorisch. Schwimmhilfen sind erlaubt.**
6. Deine Eltern müssen während des Rennens ausserhalb der Wechselzone warten.
7. In der Wechselzone stehen ausreichend Helfer für die Wechsel zur Verfügung.
8. Wer andere behindert oder sich unfair benimmt, wird disqualifiziert.
9. Schau nach, in welcher Startgruppe Du bist und welche Startzeit Du hast.
10. Gehe 10 Minuten vor Deiner Startzeit zum Start- und Besammlungspunkt beim grossen Schwimmbecken.

### DEINE STARTNUMMER

**8.30–9.30 Uhr** Startnummernausgabe und Nachmeldung

### DEINE STARTGRUPPE / DEIN JAHRGANG

Hai	Gepard	Fuchs	Elefant	Delphin	Chinchilla	Biber	Ameise
2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012

### OFFIZIELLE BEGRÜSSUNG FÜR ALLE POWER-KIDS

**9.35 Uhr** An der Tribüne am Rand des grossen Beckens

### START TRIATHLON

**10.00 Uhr** Beginnt der Triathlon am grossen Becken mit den START-Beachflags. Ein Sprecher gibt jeweils das Startzeichen. Und los geht's!

### SIEGEREHRUNG (Bei Schlechtwetter ab 13.00 Uhr)

**14.15 Uhr** Siegerehrung für Power-Kids-Triathlon, Ebi's Spass-Olympiade und Arschbomben-Wettbewerb durch Nicola Spirig

Ich wünsch Dir viel Schwein!

