

# Regelkunde

## Triathlon Regeln 2022

START



# ÜBERBLICK

- Grundlagen
- Wichtige Regeln je Station am Beispiel eines Triathlons
- Schwerpunkt „normaler“ Wettkampf nach DTU SpO
- Aber auch Hinweise für Liga, Meisterschaften und andere Veranstaltungen.
  
- Gerne jederzeit Fragen (Fragen in den Chat – Hand heben – und wenn ich's gar nicht mitbekomme, einfach reinreden).



# Grundregeln

- **Oberster Grundsatz im Triathlon ist die sportliche Fairness.**
- Die Schwimmstrecke ist ohne Hilfsmittel (z.B. Flossen, Handschuhe, Socken, Paddels Schnorchel, etc.) zu bewältigen. Schwimmbrillen sind erlaubt.
- Jeder Wettkampfteilnehmer ist für die technische Sicherheit seiner Ausrüstung selbst verantwortlich und hat darauf zu achten, dass sie den Ordnungen der DTU entspricht.
- Beim Radfahren und Laufen ist Oberkörperbekleidung zu tragen. Die Startnummer muss beim Radfahren sichtbar hinten, beim Laufen vorne angebracht werden.
- Das Aufsteigen aufs Rad ist erst nach Verlassen der Wechselzone erlaubt. Nach dem Radfahren muss vor dem Eingang in die Wechselzone wieder abgestiegen werden. Der Helm ist vom Aufnehmen bis zum Abstellen des Rades in der Wechselzone geschlossen zu tragen.



# Umweltschutz

- Alle Wettkampfteilnehmer sind verpflichtet durch ihr Verhalten und ihre Ausrüstung größtmögliche Rücksichtnahme auf die Umwelt zu nehmen. Dazu sind sämtliche vom Veranstalter getroffenen Regelungen zum Umweltschutz einzuhalten.
- Abfall (z.B. Radflaschen, Riegelverpackungen) muss an den dafür vorgesehenen Stellen entsorgt werden.
- Bei Missachtung: Disqualifikation (Rote Karte)



Danke



# Wo steht's?



Sportordnung (SpO)  
2022

Ligaordnung (LigaO)  
Ausgabe 2021

Durchführungsbestimmungen  
1. Bitburger 0,0% Triathlon-Bundesliga  
2022

Durchführungsbestimmungen  
2. Triathlon-Bundesliga  
2022



Ligaordnung (LigaO)  
Hessische Triathlonliga  
Regionalliga Mitte

Durchführungsbestimmungen &  
Infobrief

für die Hessische Triathlon Liga (HTL) &  
RL Mitte Frauen und Männer 2022

HTV Cup 2022  
Durchführungs- und Wertungsbestimmungen



## 2022 Competition Rules



Be your  
extraordinary



2021 COMPETITION RULES



# Macht euch vor dem Wettkampf schlau

- Ausschreibung lesen
- Im Internet auf aktuelle Meldungen achten
- Regeln anschauen
- Rechtzeitig anmelden
- Rechtzeitig da sein, rechtzeitig Unterlagen abholen
- Rechtzeitig und vorbereitet beim CheckIn sein
- An Wettkampfbesprechungen teilnehmen

## § 10. Ausschreibung

10.1. Der Veranstalter hat eine Ausschreibung zu erstellen.

10.2. Die Ausschreibung muss Auskunft erteilen über:

Veranstalter, Nummer der sportrechtlichen Genehmigung (Genehmigungssiegel), Grad der medizinischen Versorgung, Wettkampforgane, Teilnahmeberechtigung, Einteilung der Altersklassen, Wertungsklassen, Windschattenfahrverbot: ja/nein. Startzeiten, Ein- und Auscheckzeiten der Räder und des Materials, Limitzeiten (falls gefordert), Meldeschluss, Streckenlängen und -beschreibungen, Startgeldhöhe, Ort und Zeit zur Ausgabe der Startunterlagen, Wettkampfbesprechung, bereitgestelltes Material für die Teilnehmer, Termin und Ort der Veranstaltung mit Anreisebeschreibung, Art und Weise der Zeitmessung.

10.3. Die Ausschreibung muss außerdem folgende Sätze beinhalten:

„Der Veranstaltung liegen die Wettkampfordnungen der Deutschen Triathlon Union (Sportordnung, Veranstalterordnung, Ligaordnung, Anti-Doping-Code, Kampfrichterordnung), sowie Rechts- und Verfahrensordnung und die Disziplinarordnung zugrunde. Mit der Anmeldung erkennt der Teilnehmer die Wettkampfordnungen, sowie Rechts- und Verfahrensordnung, die Disziplinarordnung und die Bedingungen des Veranstalters gemäß der Ausschreibung für sich als verbindlich an.“

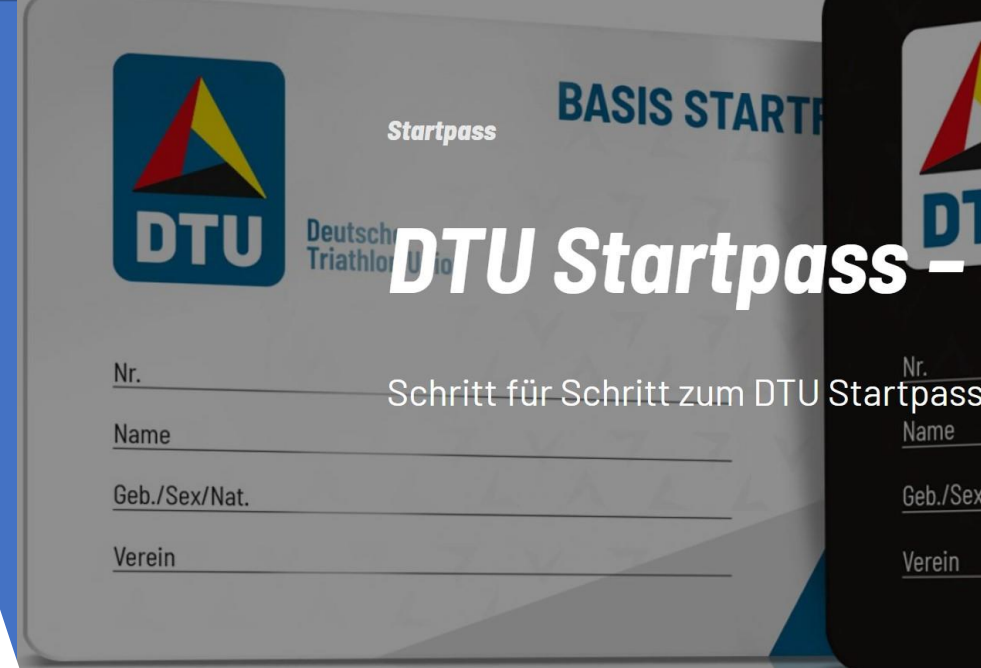
Darüber hinaus sollte die Ausschreibung Angaben machen über:

Verpflegung, Auszeichnungen, sanitäre Anlagen, Siegerehrung und einen Hinweis auf die Eigenverantwortlichkeit der Teilnehmer für die technische Sicherheit ihrer Ausrüstung.



## Achtung – Startpass / Ausweis

- Bei startpasspflichtigen Meisterschaften (Triathlon, Duathlon) müsst ihr im Original einen Startpass dabei haben (kostet sonst 15 EUR fürs Nachschauen).
- Bei sonstigen startpasspflichtigen Veranstaltungen (in der Regel Triathlon/Duathlon länger als Sprintdistanz) müsst ihr im Original einen Startpass dabei haben oder eine kostenpflichtige Tageslizenz erwerben. (Bei Hessenliga und Regionalliga Mitte muss kein Startpass mitgeführt werden.)
- Für den Fall einer Dopingkontrolle müsst ihr euch mit einem amtlichen Lichtbildausweis ausweisen können.





# Achtung – Helm

- Es muss ein radsportspezifischer Helm getragen werden.
  - Korrekter Sitz auf dem Kopf
  - Keine Beschädigung
  - Nicht dehbare Halteriemen an mindestens 3 Stellen mit Helmschale verbunden; schließbar mit Sicherheitssystem (kein Klettverschluss)
- Empfehlung: Auch vor und nach dem Wettkampf während des Radfahrens nutzen!

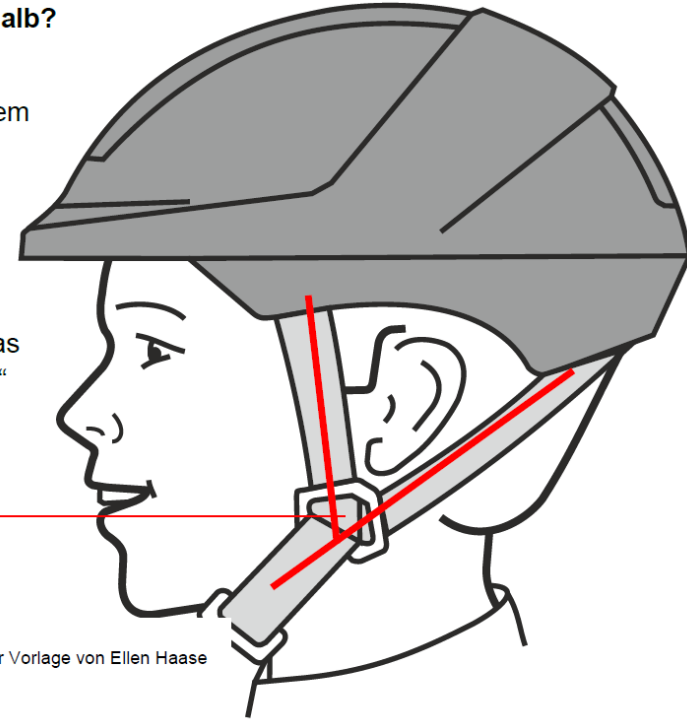
## So sitzt der Radhelm richtig – weshalb?

- der Helm sitzt waagrecht auf dem Kopf, dadurch auch Schutz für Gesichts- und Stirnpartie.

Orientierung: **Horizontlinie**

- das **Y** der Bänder umrahmt das Ohr; die „Regulierungsschnalle“ befindet sich unmittelbar unter dem Ohr.

Orientierung: **Y unter dem Ohr**



Grafik: KEV-BW  
nach einer Vorlage von Ellen Haase



## Achtung – 1. und 2. Bundesliga

- Bundesliga: 100 € (1. Bundesliga) / 50 € (2. Bundesliga)  
Bußgeld pro Athlet für den Verein, wenn am Wettkampfort (also auch vor und zum CheckIn) Rad ohne Helm gefahren wird.
- Das Bußgeld gibt es auch pro Athlet für den Verein für Fahren auf der Wettkampfstrecke während eines anderen laufenden Wettkampfs.

Durchführungsbestimmungen  
2. Triathlon-Bundesliga  
2022

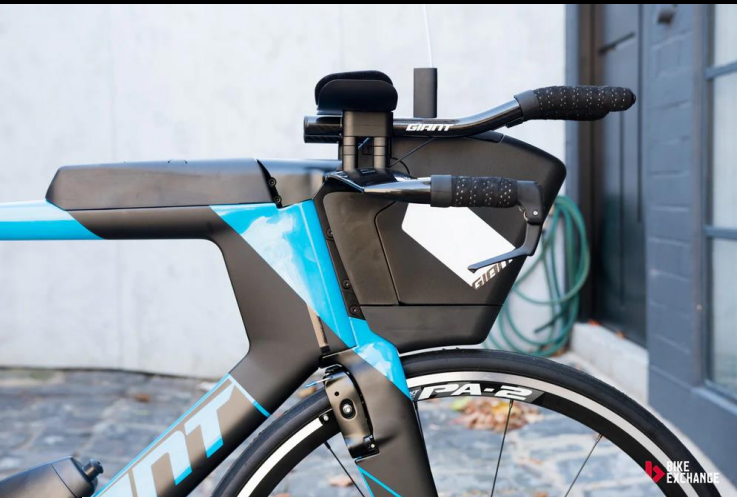


# Checkin

- Checkin-Zeiten sind einzuhalten. Ein verspäteter Checkin kann dazu führen, dass der Teilnehmer nicht starten kann. In Ausnahmefällen kann ein verspäteter Checkin mit Zustimmung des Veranstalters und einer Mikrozeitstrafe (gelbe Karte) zugelassen werden.
- Achtung Liga:  
1. und 2. Bundesliga Checkinzeit verfehlt – kein Start  
HTL und RLM: 1 Minute Zeitaddition je Athlet.

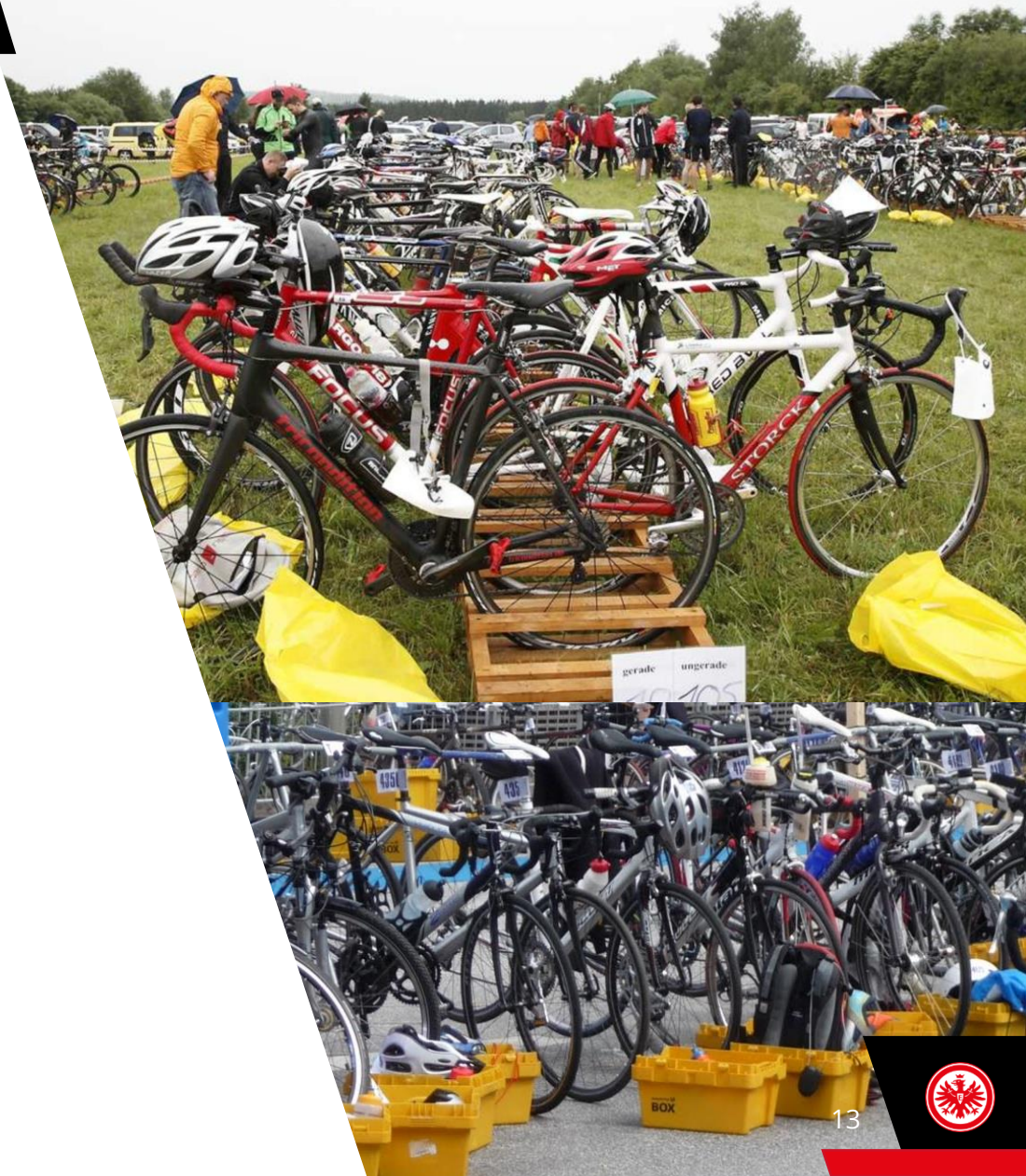


# Fahrrad



# Wechselzone

- Nur an den dafür vorgesehenen Stellen geht es in die Wechselzone rein und raus.
- Nur Wettkampfteilnehmer, offizielle Helfer, akkreditierte Medien, Kampfrichter und ggf. Rettungs- und Sicherheitskräfte dürfen in die Wechselzone.
- Liga: Teamleiter haben nur nach Rücksprache mit dem Einsatzleiter Zutritt.



# Schwimmstart

- Der Teilnehmer sollte seine Startnummer zumindest einmal sichtbar auf Oberarm, Handrücken oder Schwimmmütze tragen.
- Beim Schwimmen darf die von Veranstalter ausgegebene Startnummer (Druckform) nicht getragen werden.
- Stellt der Veranstalter eine Schwimmmütze, so hat der Teilnehmer diese zu tragen.
- Das Einschwimmen vor der Startlinie ist bis 3 Minuten vor dem Start erlaubt.



# Neoprennutzung

- Die offizielle Wassertemperatur wird immer erst eine Stunde vor dem ersten Start gemessen. Vorher gibt es keine verbindliche Aussage zur Neoprennutzung.

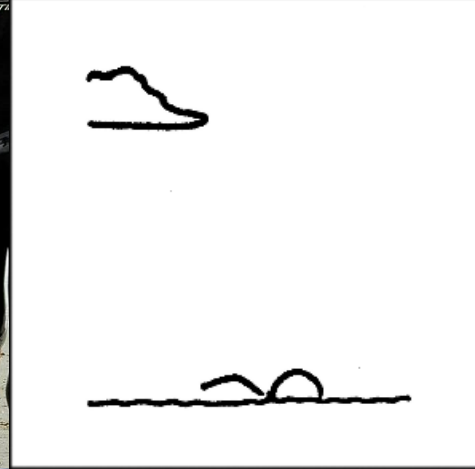
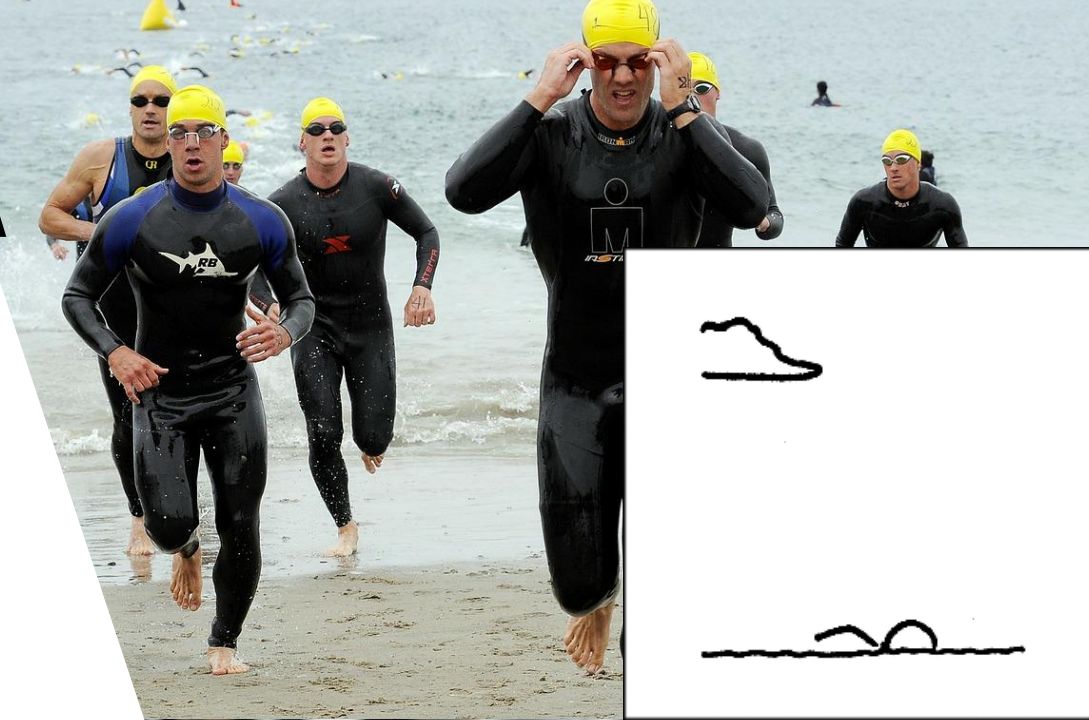
Die nachfolgende Tabelle regelt den Gebrauch eines Kälteschutzanzuges:

Schwimmstrecke	Altersklasse	Wassertemperatur	Schwimmen	Kälteschutzanzug
bis 1500m	Elite	14,0 - 15,9 °C	ja	muss
		16,0 - 19,9 °C	ja	kann
		>= 20,0 °C	ja	nein
1501m und mehr	Elite	14,0 - 15,9 °C	ja	muss
		16,0 - 21,9 °C	ja	kann
		>= 22,0 °C	ja	nein
bis 1500m	Altersklassen bis AK (55-59)	14,0 - 15,9 °C	ja	muss
		16,0 - 21,9 °C	ja	kann
		>= 22,0 °C	ja	nein
1501m und mehr	Altersklassen bis AK (55-59)	14,0 - 15,9 °C	ja	muss
		16,0 - 24,5 °C	ja	kann
		>= 24,6 °C	ja	nein
Alle Distanzen	Altersklassen ab AK (60-64)	14,0 - 15,9 °C	ja	muss
		16,0 - 24,5 °C	ja	kann
		>= 24,6 °C	ja	nein



## Wechsel Schwimmen - Rad

- Gibt es einen Umkleidebereich; dann nur dort umziehen!
- Wenn mit Schwimmanzug geschwommen wurde, dann muss dieser ausgezogen werden.
- Neo nur am vorgesehenen Platz ausziehen.
- Startnummer für das Radfahren nach hinten.
- Erst Helm aufziehen und schließen, dann erst Fahrrad nehmen und bis zum Aufstieg schieben!





# Radfahren

- Erlaubt



- Nur bei Windschattenverbot erlaubt



- Bei allen Rennen verboten



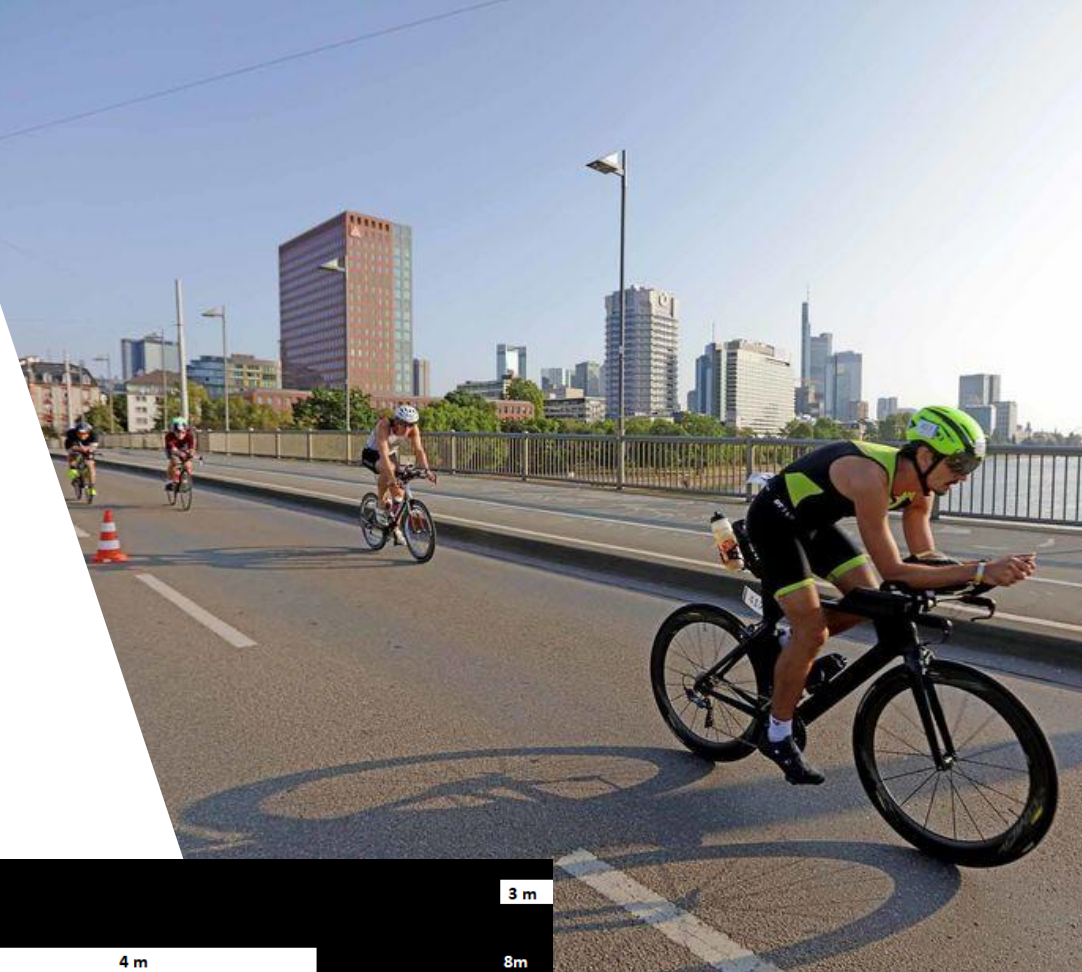
# Radfahren - Windschatten

- Neu: mehrere ohne Erfolg aufeinanderfolgende Überholversuche können zu einer Zeitstrafe führen.
- Windschattenzone (12 m), Überholen in 25 Sekunden



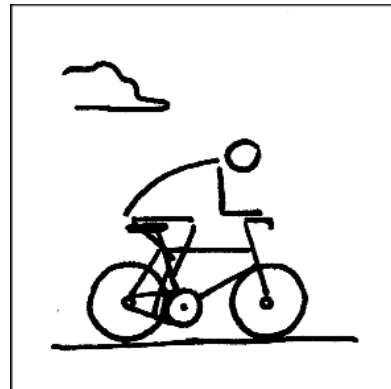
Innerorts	3 m	6 m	3 m	3 m
Landstraße	4 m	8 m	4 m	8 m
Autobahn	6 m	12 m	12 m	6 m

- Blockieren verboten
- Rechts überholen (bei Windschattenverbot) führt zur Disqualifikation



# Wechsel Rad - Laufen

- Vor der Abstiegslinie vom Rad absteigen
- Rad am zugewiesenen Platz abstellen.
- Dann erst Helm abnehmen.
- Laufen nur ohne Radhelm.
- Startnummer vorne
- Mindestbekleidung: Einteiler oder Hose und Oberteil
- Stöcke sind verboten



# Sanktionen (Verwarnung / Strafen / Karten)

- Verwarnung



bei einem nicht schwerwiegenden Verstoß (wenn unbeabsichtigt, nicht fortgesetzt oder ohne Erzielung eines konkreten Vorteils)

- Zeitstrafe (Gelbe und Blaue Karte)



Bei Windschattenfahren (blau) oder anderen Verstößen

Sprintdistanz	Kurzdistanz	Mitteldistanz	Langdistanz
10 Sekunden	15 Sekunden	30 Sekunden	1 Minute
1 Minute	2 Minuten	5 Minuten	5 Minuten

- Disqualifikation (Rote Karte)



wird durch Aushang bekannt gegeben



# Protest

- gegen die Wettkampfbedingungen oder gegen Erteilen oder Versagender Zulassung zum Wettkampf durch den Veranstalter.
- gegen das vorläufige Ergebnis (wird nachdem der letzte Teilnehmer im Ziel ist durch Aushang bekanntgegeben).
- gegen eine Disqualifikation.
- Proteste gegen Tatsachenentscheidungen sind unzulässig.
- Nur schriftlich auf vorgegebenem Formular gegen 25 EUR Protestgebühr.



Noch Fragen?



# Überblick Strafen (nur Sportordnung)

Allgemein gültig		
SpO 2022 §	Text	Maßnahme
6.1 und 7.10 und 80.2	Verstoß gegen allg. gültige Umweltschutzbestimmungen. Beinhaltet das unbeabsichtigte oder beabsichtigte Entsorgen von Gegenständen/persönlichen Hinterlassenschaften, an den nicht dafür vorgesehenen Stellen, auf allen Wettkampfstrecken oder zum Wettkampf gehörenden Arealen.	<u>Wenn unbeabsichtigt:</u> Verwarnung, <u>wenn nicht abgestellt:</u> Disqualifikation <u>Wenn beabsichtigt:</u> Disqualifikation
7.3	Ablenkung vom Wettkampfgeschehen aufgrund Nutzung technischer Geräte.	Disqualifikation
7.4 und 102.4	Behinderung oder Gefährdung anderer Teilnehmender.	Disqualifikation
7.5	Dem vorgegebenen Streckenverlauf nicht gefolgt.	Disqualifikation
7.7 und 80.1 und 97 ff	Annahme fremder Hilfe (gilt abgewandelt für Parawettkämpfe, SWIMRUN, sowie tlw. für Liga und Mannschaftswettkämpfe).	Disqualifikation
7.8 und 97 ff	Begleitung, Schrittmacherdienste auf den Strecken (gilt abgewandelt für Parawettkämpfe).	Disqualifikation
7.8	Persönliche Verpflegung bei Sprint- oder Kurzstrecke bzw. bei Mittel- oder Langstrecke an den nicht dafür vorgesehenen Stellen.	Disqualifikation
7.9 und 16.1	Unsportliches Verhalten gegenüber Wettkämpfern, Zuschauern, Offiziellen.	Disqualifikation <u>bei Tötlichkeiten/Beleidigungen:</u> sofortiger Ausschluss vom WK
7.11	Fehlende oder manipulierte Startnummer.	Disqualifikation
7.11	Fehlender Eintrag im Streckenprotokoll.	Disqualifikation
7.12 und 100.6	Überschreiten gesetzter Zeitlimits.	DNF
7.13	Ungenehmigte Nutzung außergewöhnlicher Ausrüstung.	Disqualifikation
14.5	Nichtabsitzen der Zeitstrafe bei vorgegebener Penaltybox.	Disqualifikation
15.1	Mehr als zwei Zeitstrafen.	Disqualifikation
15.4	Start unter falschem Namen oder unter sonstigen falschen Angaben bei der Anmeldung.	Disqualifikation ggf. Sperre
41.3	Verhalten entgegen der gesonderten Wettkampfbestimmungen des Veranstalters	Verwarnung <u>wenn nicht abgestellt:</u> Disqualifikation

Schwimmen (gültig für alle DTU Sportarten mit Schwimmanteil außer SWIMRUN)		
SpO 2022 §	Text	Maßnahme
42.1	Nicht einhalten der in der Wettkampfbesprechung ausgegebenen besonderen Anweisungen.	Verwarnung <u>wenn nicht abgestellt:</u> Disqualifikation
43.1	Bei lizenzpflichtigen Wettkämpfen Start ohne Startpass oder Tageslizenz.	Disqualifikation
50 ff	Nicht berechtigter Start bei Meisterschaften.	Disqualifikation (nur für Meisterschaft)
51 ff	Bei Mannschaftswertung, nicht korrekte Zusammensetzung der Mannschaft.	Disqualifikation (nur für Mannschaftswertung)
53 ff	Nicht korrekte Zusammensetzung einer Staffel, bei Staffelwettkämpfen.	Disqualifikation
7.4	Überschwimmen anderer Teilnehmender.	Disqualifikation
7.5	Boje nicht von der richtigen Seite oder nicht umschwommen.	Disqualifikation
18.2	Fortsetzen des Wettkampfes nach Inanspruchnahme von Rettungspersonal, Wettkampfrichtern oder Helfern.	Disqualifikation
18.4	Nicht Tragen der gestellten Schwimmkappe.	Disqualifikation
18.5	Tragen der gedruckten ausgegebenen Startnummer beim Schwimmen.	Verwarnung <u>wenn nicht abgestellt oder nicht mehr erkennbar:</u> Disqualifikation
18.7 und 100.4	Tragen verbotener Hilfsmittel wie z. B. Flossen, Handschuhe, Socken/Strümpfe, Paddles, Schnorchel, Prothesen, Orthesen	Disqualifikation
18.8	Tragen von Schmuck, der andere Athleten gefährden oder verletzen kann.	Verwarnung <u>wenn nicht abgestellt:</u> Disqualifikation
18.9	Fortsetzen des Wettkampfes mit ausgelöster Rettungsboje.	Disqualifikation
18.10	Nicht berühren der Beckenwand bei der Wende bei Schwimmen im Schwimmbad.	Disqualifikation
18.11	Einschwimmen vor dem Start bei weniger als 3 Minuten bis zum Start.	Verwarnung <u>wenn nicht abgestellt:</u> Disqualifikation
18.12	Sperren anderer Athleten beim Schwimmen.	Zeitstrafe <u>bei unfairem oder unsportlichem Verhalten:</u> Disqualifikation
19.2	Start in einer früheren Startgruppe oder Startwelle beim Schwimmen.	Disqualifikation
19.3	Fehlstart beim Schwimmen.	Zeitstrafe
20.1	Mindestbekleidung beim Schwimmen nicht getragen.	Verwarnung <u>wenn nicht abgestellt:</u> Disqualifikation

Radfahren (gültig für alle DTU Sportarten mit Radanteil außer Cross-Triathlon, Cross Duathlon und Wintertriathlon)		
SpO 2022 §	Text	Maßnahme
20.2	Nicht zugelassener Kälteschutzanzug.	Disqualifikation
20.3	Schwimmanzug bei Deutschen Meisterschaften der Elite / U23, Junioren, Jugend A und B, Qualifikationswettkämpfen für internationale Meisterschaften sowie für die Wettkämpfe der TriathlonBundesliga (1. und die 2. Bundesligen) getragen.	Disqualifikation
20.3	Schwimmanzug nach dem Schwimmen nicht ausgezogen.	Disqualifikation
20.4	Schwimm- und Kälteanzug übereinander getragen.	Disqualifikation
20.5	Bei Verbot von Kälteschutzanzügen, bedeckt die Schwimmbekleidung Körperstellen unterhalb der Knie und an den Armen unterhalb der Ellenbogen. Gilt z.B. für Calfs.	Disqualifikation
20.6	Bei Verbot von Kälteschutzanzügen, Schwimmbekleidung mit Auftrieb getragen.	Disqualifikation
20.7	Bei Kälteschutzanzug-Pflicht, bedeckt der Kälteschutzanzug nicht den Rumpf.	Disqualifikation
21.2	Bei vorgegebener Kälteanzug-Pflicht keinen Kälteanzug getragen.	Disqualifikation
22.2	Gemeldete Verstöße gegen die StVO.	Disqualifikation
22.3	Mindestbekleidung beim Radfahren nicht getragen.	Verwarnung <u>wenn nicht abgestellt:</u> Disqualifikation
22.4 und 101.3	Startnummer beim Radfahren wird nicht hinten getragen.	Verwarnung <u>wenn nicht abgestellt:</u> Disqualifikation
22.6	Rechts überholen bei Windschattenverbot	Disqualifikation
23.1 und 101.4	Antriebshilfe jeglicher Art oder nicht zugelassene Antriebsart am Fahrrad verwendet.	Disqualifikation
23.2 und 101.5	Zusätzliche Windabweiser und Verkleidungen am Wettkampfrad bzw. am Körper verwendet.	Disqualifikation
23.5	Auswechseln von Rahmen oder Laufrädern ohne Genehmigung.	Disqualifikation
23.6	Mitführen von zerbrechlichen Behältern.	Verwarnung <u>wenn nicht abgestellt:</u> Disqualifikation
23.7	Ungenehmigte Nutzung einer Kamera.	Verwarnung <u>wenn nicht abgestellt:</u> Disqualifikation
23.12	Nutzung von Scheibenrädern, trotz Verbot.	Disqualifikation



# Überblick Strafen (nur Sportordnung)

23.14	Nutzung von Spiegeln.	Verwarnung <u>wenn nicht abgestellt:</u> Disqualifikation
23.15 -23.17	Nicht korrekte Sitzposition auf dem Rad	Zeitstrafe
24.1	Start mit defektem Helm.	Disqualifikation
24.1 und 102.3	Fahren mit offenem Kinnriemen, auch in der Wechselzone ab Radaufnahme bis Radabstellung.	Verwarnung <u>wenn nicht abgestellt:</u> Disqualifikation
25.1 und 101.1 und 102.2	Windschattenfahren hinter oder neben einem anderen Teilnehmenden.	Zeitstrafe
25.2 und 101.1 und 102.2	Wer nicht zu erkennen gibt das Windschattenverbot einzuhalten.	Zeitstrafe <u>wenn klare Absicht:</u> Disqualifikation
26.3 und 101.1 und 102.2	Fahren in der Windschattenzone von Rennbegleit-, Medien-, oder sonstigen Fahrzeugen.	Zeitstrafe <u>wenn klare Absicht:</u> Disqualifikation
28.4	Mehrfach hintereinander abgebrochener Überholversuch	Zeitstrafe
29.1 und 102.4	Blocking	Zeitstrafe
30.2	Bei Windschattenfreigabe, Gebot zum Windschattenfahren nur zwischen gleichgeschlechtlichen Teilnehmern nicht eingehalten.	Disqualifikation
38.1	Im Schüler- und Jugendbereich mit falscher Maximalübersetzung gestartet.	Disqualifikation

Laufen (gültig für alle DTU Sportarten mit Laufanteil außer Wintertriathlon)		
SpO 2022 §	Text	Maßnahme
32.1	Mit Radhelm auf der Laufstrecke (gilt teilweise nicht für Parawettkämpfe).	Verwarnung <u>wenn nicht abgestellt:</u> Disqualifikation
33.1	Unerlaubte Benutzung von Spikes beim Laufen.	Disqualifikation
33.2	Mindestbekleidung beim Laufen nicht getragen.	Verwarnung <u>wenn nicht abgestellt:</u> Disqualifikation
33.3	Startnummer beim Laufen nicht auf der Vorderseite getragen.	Verwarnung <u>wenn nicht abgestellt:</u> Disqualifikation
33.4	Nutzung von den Vortrieb beim Laufen unterstützenden Hilfsmitteln, z.B. Stöcke (gilt teilweise nicht für Paraathleten)	Disqualifikation
39.1	Im Schüler- und Jugendbereich bis einschl. Jugend A barfuß gelaufen.	Disqualifikation

Wechselzone (gültig für alle DTU Sportarten)		
SpO 2022 §	Text	Maßnahme
6.1	Verrichtung der Notdurft in der Wechselzone.	Disqualifikation
34.2	Helm mit geschlossenem Kinnriemen am Rad.	Verwarnung ggf. Zeitstrafe
34.3 und 34.4 und 34.7 und 34.11 und 108.1	Falsches Deponieren oder Abstellen der Ausrüstung in der Wechselzone.	Verwarnung ggf. Zeitstrafe <u>wenn nicht abgestellt:</u> Disqualifikation
34.4	Benutzte Ausrüstung nicht in der Wechselbox, wenn bereitgestellt.	Zeitstrafe
34.5	Übersteigen von Absperrungen in der Wechselzone.	Disqualifikation
34.8	Nicht Nutzung eines Umkleibereichs, falls eingerichtet.	Verwarnung ggf. Zeitstrafe <u>wenn nicht abgestellt:</u> Disqualifikation
34.9	Ausziehen des Kälteschutzanzugs/Schwimmanzugs außerhalb des dafür vorgesehenen Bereichs bzw. der Wechselzone.	Disqualifikation
34.10 und 108.2	Radfahren in der Wechselzone.	Verwarnung ggf. Zeitstrafe <u>wenn nicht abgestellt:</u> Disqualifikation
34.12	Aufstieg aufs Rad vor der Aufstiegslinie/-zone oder Abstieg vom Rad nach der Aufstiegslinie/-zone (gilt teilweise nicht für Parawettkämpfe).	Verwarnung ggf. Zeitstrafe
34.13	Markierung des Wechselplatzes	Entfernung durch WKG oder Verwarnung <u>wenn nicht abgestellt:</u> Disqualifikation
34.14	Nichtbeachten der Check-In Zeiten	Zeitstrafe

Zusätzlich bei Teamwettkämpfen (gültig für alle DTU Sportarten außer SWIMRUN)		
SpO 2022 §	Text	Maßnahme
55 ff	Bei Teamwettkämpfen, nicht korrekte Zusammensetzung des Teams.	Disqualifikation
56.2	Bei Teamwettkämpfen, gegenseitige Hilfe im Team, obwohl nicht mehr alle Teilnehmende in derselben Runde sind.	Disqualifikation
56.3	Bei Teamwettkämpfen, das Nichttragen einheitlicher Teambekleidung.	Disqualifikation
56.4	Bei Teamwettkämpfen, das Nichtverlassen der Wettkampfstrecke disqualifizierter Teammitglieder.	Disqualifikation
57.1	Bei Teamwettkämpfen, das Nichteinhalten der Zeit im Vorstartbereich.	Zeitstrafe

58.1	Bei Teamwettkämpfen, nicht geschlossener Schwimmstart des Teams.	Disqualifikation nicht angetretener Teammitglieder
59.1	Bei Teamwettkämpfen, nicht geschlossenes Verlassen der Wechselzone des Teams zum Radfahren.	Disqualifikation verspäteter Teammitglieder
80 ff	Bei Teamwettkämpfen, nicht einhalten der Windschattenregelungen.	Zeitstrafe <u>wenn klare Absicht:</u> Disqualifikation

Zusätzlich bei Parawettkämpfen (gültig für alle DTU Sportarten außer SWIMRUN)		
SpO 2022 §	Text	Maßnahme
97 ff und 98.2	Bei Parawettkämpfen, nicht berechtigte oder nicht abgestimmte Hilfe.	Disqualifikation
98.5	Bei Parawettkämpfen nicht erlaubte Fortbewegungsmittel zwischen Schwimmausstieg und Wechselzone genutzt.	Disqualifikation
99.2	Bei Parawettkämpfen, nicht angepasste Geschwindigkeit in der Wechselzone und nicht anhalten an der Auf-/Abstiegslinie beim Wechsel auf/vom Rad	Verwarnung ggf. Zeitstrafe <u>wenn nicht abgestellt:</u> Disqualifikation
99.4 und 101.7 und 102.7	Bei Parawettkämpfen, unerlaubter Einsatz von Blindenhunden in der Wechselzone/auf der Radstrecke/auf der Laufstrecke	Verwarnung <u>wenn nicht abgestellt:</u> Disqualifikation
102.1	Bei Parawettkämpfen, Nutzung von Prothesen und Krücken zur gleichen Zeit.	Verwarnung <u>wenn nicht abgestellt:</u> Disqualifikation

SWIMRUN		
SpO 2022 §	Text	Maßnahme
80.3	Beim SwimRun Nichteinhaltung des maximal gültigen Abstands der Teammitglieder	Disqualifikation
81.1	Beim SwimRun nicht mitführen aller erlaubten Hilfsmittel bis ins Ziel	Disqualifikation

Radfahren (gültig Cross-Triathlon, Cross Duathlon und Wintertriathlon)		
SpO 2022 §	Text	Maßnahme
22.2	Gemeldete Verstöße gegen die StVO.	Disqualifikation
22.3	Mindestbekleidung beim Radfahren nicht getragen.	Verwarnung <u>wenn nicht abgestellt:</u> Disqualifikation
22.4	Startnummer beim Radfahren wird nicht hinten getragen.	Verwarnung <u>wenn nicht abgestellt:</u> Disqualifikation
23.1	Antriebshilfe jeglicher Art oder nicht zugelassene Antriebsart am Fahrrad verwendet.	Disqualifikation
23.15 -23.17	Nicht korrekte Sitzposition auf dem Rad	Zeitstrafe





# Überblick Strafen (nur Sportordnung)

23.2	Zusätzliche Windabweiser und Verkleidungen am Wettkampfrad bzw. am Körper verwendet.	Disqualifikation
23.5	Auswechseln von Rahmen.	Disqualifikation
23.6	Mitführen von zerbrechlichen Behältern.	Verwarnung <u>wenn nicht abgestellt:</u> Disqualifikation
23.7	Ungenehmigte Nutzung einer Kamera.	Verwarnung <u>wenn nicht abgestellt:</u> Disqualifikation
23.14	Nutzung von Spiegeln.	Verwarnung <u>wenn nicht abgestellt:</u> Disqualifikation
24.1	Start mit defektem Helm.	Disqualifikation
24.1	Fahren mit offenem Kinnriemen, auch in der Wechselzone ab Radaufnahme bis Radabstellung.	Verwarnung <u>wenn nicht abgestellt:</u> Disqualifikation
29.1	Blocking	Zeitstrafe

Zusätzlich bei Wintertriathlon		
SpO 2022 §	Text	Maßnahme
103.3	Bei Wintertriathlon Wettkämpfen, nicht korrektes Tragen der Startnummer	Verwarnung <u>wenn nicht abgestellt:</u> Disqualifikation
103.4 und 107.3 und 107.5	Bei Wintertriathlon Wettkämpfen, nicht korrekte Technik (klassisch, Freistil) auch in Teilabschnitten	Disqualifikation
105.2 108.4	Bei Wintertriathlon, nicht durchgeführter Schuhwechsel nach dem Laufen und nach dem Radfahren bei Elite, Jugend A und Junioren, sowie bei Qualifikationswettkämpfen.	Disqualifikation
107.1 108.2	Bei Wintertriathlon, Skier in der Wechselzone angeschnallt	Verwarnung <u>wenn nicht abgestellt:</u> Disqualifikation
107.6	Bei Wintertriathlon, Verwendung nicht zum Teilnehmenden registrierter Skier	Disqualifikation
107.7	Bei Wintertriathlon, Skier vor dem gekennzeichneten Bereich angeschnallt	Verwarnung <u>wenn nicht abgestellt:</u> Disqualifikation
107.8	Bei Wintertriathlon, zu häufiger oder falscher Materialtausch	Disqualifikation



Danke



## Seit 2019 geändert oder neu dazugekommen

- Neue Sportart „SwimRun“ (Laufen und Schwimmen in unbestimmten Wechsel) aufgenommen.
- Smarte Helme sind nicht mehr grundsätzlich verboten (aber nach wie vor dürfen Kommunikationsmittel nicht „in vom Wettkampfgeschehen ablenkender Art und Weise“ genutzt werden).
- Ist eine Anzeige der Mikrozeitstrafe (gelbe Karte) gegenüber dem Athleten im laufenden Wettkampf nicht möglich, kann diese auch durch Aushang im Zielbereich bekannt gemacht werden (z.B. Penaltybox auf der Laufstrecke).
- Ein verspäteter CheckIn kann dazu führen, dass der Teilnehmer nicht starten kann. In Ausnahmefällen kann ein verspäteter CheckIn mit Zustimmung des Veranstalters und einer Mikrozeitstrafe zugelassen werden.



## Seit 2019 geändert oder neu dazugekommen

- Bei einer Staffel müssen mindestens zwei Teilnehmer an den Start gehen (Ein Teilnehmer darf 2 Disziplinen nacheinander absolvieren – außer Jugendliche unter 18).
- Beim Teamrennen Radfahren muss der Überholvorgang des Teams in 1 Minute abgeschlossen sein.
- Sitzpositionen beim Radfahren
- Mehrere erfolglose Überholversuche können mit einer Zeitstrafe belegt werden.
- AK 60 und älter darf bei jeder Distanz Neo bis 24,5 °C anziehen.
- Mixed Teams starten jetzt Mann, Frau, Mann, Frau



## Seit 2019 für Schüler und Jugend geändert oder neu dazugekommen

- Neue Altersklassen AK 16-17 und AK 18-19 statt AK 0. Deutsche Meisterschaften der Altersklassen: AK 16-17 und AK 18-19 werden zusammen mit AK 20 gewertet.
- Für Jugend A bzw. AK 16-17 dürfen die maximalen Strecken in den einzelnen Teildisziplinen bis zu 10% auf Grund örtlicher Gegebenheiten abweichen.
- Änderung bei Wassertemperatur von 19,0 bis 21,9 °C: Die maximale Schwimmstrecke kann auf 50% verkürzt werden (statt vorher: die Schwimmstrecke kann auf 50% verkürzt werden).
- Bei einer Außentemperatur unter 12°C und Schwimmen im Hallenbad ist eine Pause von 15 Minuten verpflichtend.
- Jugendliche vor Vollendung des 18. Lebensjahres dürfen bei einer Staffel keine zwei Einzeldisziplinen nacheinander absolvieren.
- Die Dauer für Zeitstrafen für Schüler (D/C/B/A) und Jugend (B/A) wurden festgelegt.

