

Mach es „solo“!
Triathlon XXL virtuell
7. Juni – 14. Juni 2020



Mach es „solo“! Triathlon **XXL** virtuell 7. Juni – 14. Juni 2020



Am 7. Juni sollte das Reiling-Triathlon-Sprint-Festival in Harsewinkel an den Start gehen – der 33. Triathlon von Trispeed Marienfeld in Harsewinkel. Der Termin bleibt bestehen, ein bisschen zumindest, alles andere ändert sich.

Wir machen das Beste aus der aktuellen Situation und starten den „**Triathlon XXL virtuell**“, sponsored by Reiling-Recycling. Wir hoffen, es wird einer der größten Solo-Triathlons in Deutschland ;-)
Das klappt, wenn ihr alle mitmacht!

Triathlon XXL virtuell

Der Triathlon umfasst alles, was Du Dir vorstellen kannst: Sprinttriathlon, Schülertriathlon, Olympische Distanz, Mitteldistanztriathlon – mit und ohne Schwimmen.

Ein Ziel

Vielleicht braucht ihr ja gerade auch das, was wir momentan benötigen: feste Termine und konkrete Aufgaben, damit das Training leichter fällt und man wenigstens hin und wieder ein Ziel hat. Der Austausch mit anderen – eigentlich das Schöne einer Veranstaltung – erfolgt dann im Nachgang über die Ergebnisse, die Website und social media.

Fotos und Screenshots auch für Instagram

Ganz sicher ist sogar spannend, Ergebnisse und Fotos auf diese Weise zu studieren. Wenn ihr Resultate und Foto-Erlebnisse bei Instagram verlinkt postet, bekommen es Eure Freunde und Bekannten mit, die auf diese Weise via Instagram teilhaben können an Euren liebsten Hobby.

Gebt dabei bitte die Hashtags an: #TriathlonXXL und #trisppeed.

Der Ablauf: Acht Tage Zeit

Los geht's am **Sonntag 7. Juni**. Zielschluss ist am **Sonntag 14. Juni, 24 Uhr**. Die Anmeldung erfolgt über die **Website www.trisppeed.de**.

Das Schwimmen wird abgekoppelt von allem anderen und muss auch nicht zwingend am gleichen Tag wie die restlichen Disziplinen erfolgen. Radfahren und Laufen sollen hintereinander absolviert werden.

Nur netto-Zeiten melden

Über einen Link von Google-Forms sendet ihr uns Eure drei Nettozeiten. Der Wechsel Rad-Lauf zählt also nicht mit zur Endzeit.

Kein Wettkampf!

Das Ganze dient dem Spaß. Ausdrücklich ist es kein Wettkampf. Die StVO ist zwingend einzuhalten.

Ergebnisse nur im Durchlauf

Weil es kein Wettkampf ist, sondern ein Austausch und eine Formüberprüfung im Training, gibt es keine sortierte Ergebnisliste, sondern nur eine Übersicht, wie die gemeldeten Ergebnisse bei uns eingelaufen sind.

Die vier „Wettkämpfe“ des „XXL virtuell“

Mitteldistanz („die Heroes“)	2-80-20 km
Olympische Distanz	1-40-10 km
Sprinttriathlon	0,5-20-5 km
Schülertriathlon	0,2-8-1,5 km

Mein Freibad hat geschlossen . . .!

Solltest Du keine Schwimmmöglichkeit haben, ist auch ein Duathlon möglich. Statt 2.000 m im Wasser wären dann vor dem Radeln 8 km zu laufen, statt 1.000 m Schwimmen 4 km Laufen, statt 500 m Schwimmen 2 km laufen. Statt 200 m Schwimmen wären es 800 Meter Laufen.

Wie werden Ergebnisse ermittelt?

Jeder hat eine Running-App auf seinem Handy, oder hat Strava oder, oder. Wer keine App hat, kann sich bei runnersworld.com oder adidas eine App gratis runterladen. Mit Handy oder Polar-Uhr werden die Distanzen und Zeiten dokumentiert. Ideal wäre es, den Screenshot samt Lauf- oder Finisherfoto zuzumailen. Auch ein pffiffiges oder witziges Foto (bitte jeweils nur 1 Foto!) ist erwünscht. Gute Fotos platzieren wir auf der Website www.nightcup-sololauf.de. **Parallel muss stets die manuelle Online-Eingabe erfolgen!**

Urkunden und Verlosung

Für alle Teilnehmer gibt es nachher eine digitale Urkunde. Unter allen Finishern werden 30 Preise ausgelost und per Post zugesandt.

Jetzt anmelden

Anmeldungen sind über den Link auf www.trisppeed.de bis zum 6. Juni, 24 Uhr, möglich. Das Startgeld in Form einer Spende an die Trispeed-Jugendabteilung beträgt 5,-- Euro.

Link zur Anmeldung: trisppeed.de/xxl

Das müsst ihr beachten

Jeder Teilnehmer ist verpflichtet, die Bestimmungen aus den Corona-Verordnungen und zwingend auch die Straßenverkehrsordnung einzuhalten.

Wir freuen uns!

Es würde uns eine riesige Freude machen, wenn ihr mitmacht. Selbstverständlich werden die Dreikämpfer unseres Clubs sportlich auch mit ins Rad greifen. Vielleicht „treffen“ wir uns ja im digitalen Austausch.

Wenn ihr unterwegs seid und für den Rest der Corona-Zeit:

bleibt heile, sauber und gesund!

Robert Becker

TRISPEED Marienfeld

