

## REGIO CUP & PLAUSCH TRIATHLON

### Sportzentrum ZUCHWIL - SAMSTAG 10. AUGUST 2019

SCHWIMMEN : 100M = 2 BAHNEN / 200m = 4 BAHNEN – RAD : 2.5KM = 3 RUNDEN / 5KM = 6 RUNDEN  
LAUFEN : 0.5KM / 1KM Wendepunktstrecke

	Aktivität	Wer	Zeit	Treffpunkt	Strecken		
<b>REGIO CUP</b>	Startnummernausgabe + Nachmeldungen	Alle	07:30-08:00	Check-In			
	Kontrolle Abrolllänge	Alle	07:30-08:00	Check-In			
	Briefing RegioCup	Teamchefs	07:45-08:00	Check-In	Schwimmen	Rad	Laufen
	START Schüler F10 - 11 Jahre	Jahrgang 2008 + 2007	08:30		100 m	2.5 km	0.5 km
	START Schüler M10 - 11 Jahre	Jahrgang 2008 + 2007	08:30		100 m	2.5 km	0.5 km
	START Schüler F12 - 13 Jahre	Jahrgang 2006 + 2005	09:00		100 m	5.0 km	1.0 km
	START Schüler M12 - 13 Jahre	Jahrgang 2006 + 2005	09:00		200 m	5.0 km	1.0 km
	START 3-er TEAM Schüler T12 - 13	Jahrgang 2006 + 2005	10:00		100 m	2.5 km	0.5 km
START 3-er TEAM Schüler T10 - 11	Jahrgang 2008 + 2007	10:00		100 m	2.5 km	0.5 km	
Siegerehrung Regio Cup & Teamwertung	ALLE		ab 11:00				

	Aktivität	Wer	Zeit	Treffpunkt	Strecken		
<b>PLAUSCH</b>	Anmeldung + Startnummernausgabe	Alle	10:30 - 11:00	Check-In			
	Briefing Plausch-Triathlon	Alle	11:15	Check-In	Schwimmen	Rad	Laufen
	START Jg. 2004 + jünger	Jg. 2004 + jünger	11:30		100 m	2.5 km	0.5 km
	START Jg. 2003 + älter + Erwachsene	Jg. 2003 + Erwachsene	12:00		100 m	2.5 km	0.5 km
	Siegerehrung Plausch-Triathlon	ALLE		13:00			

\*RAD: Damit keine Unklarheiten bei der Rundenzahl entstehen, wird jeweils am Anfang der Runde ein ARMBÄNDELI abgegeben. Somit haben die Athleten jeweils 3 oder 6 Armbändeli am Handgelenk, welche dann im Ziel abgegeben werden müssen. Die Armbändeli werden durch einen Helfer übergeben, die Athleten müssen jedoch in dieser Zone vom Velo absteigen (signalisiert).

EIN GROSSES DANKESCHÖN AN UNSERE SPONSOREN, DIE WIR SEHR EMPFEHLEN

**regiobank**  
Banking wie ich es will

**INTERSPORT**  
**SCHUMACHER**  
Langenthal  
www.schumacher-sport.ch

**Sportzentrum**  
Zuchwil

**MIZUNO**

**Helion**  
Solar  
EIN UNTERNEHMEN DER ALPIQ GRUPPE

**STAMPFLI**  
OPTIK  
4500 SOLOTHURN  
TELEFON 032 622 92 11

Restaurant  
Solothurn  
**STERNEN**  
Pizzeria

**VELO-ART.CH**

**intersys**

**staempfligym.ch**  
fitnesscenter