





Hier kannst du allen zeigen, was in dir steckt.

Grundstrecken / Legende:

-  Eine Runde Rad fahren: 1.300 Meter
-  Eine Runde laufen: 600 Meter
-  Wechselzone
-  Umleitung Verkehr

Je nach Altersklasse werden die Runden mehrfach absolviert:

- Jugend B: 5 x Rad fahren, 4 x laufen
- Schüler A: 4 x Rad fahren, 3 x laufen
- Schüler B: 3 x Rad fahren, 2 x laufen
- Schüler C: 2 x Rad fahren, 1 x laufen

- Schüler D laufen ca. 600 Meter auf der Reisinger-Anlage und fahren kein Fahrrad.



IRONKIDS®

Freitag, 14. August 2009
in Wiesbaden

**Jetzt anmelden und
ein IRONKID werden!**

**Der IRONKIDS-Wettbewerb
wird unterstützt von:**



**Das Wichtigste
auf einen Blick**

*Von 9:00 bis 14:00 Uhr,
auf der Friedrich-Ebert-
Allee (Nähe Rhein-Main-
Hallen) in Wiesbaden*

*Teilnahmealter
6 bis 15 Jahre*

*Anmeldeschluss:
07. August 2009*

Startgeld 5 Euro



Beim IRONKIDS-Wettbewerb am 14. August 2009 in Wiesbaden könnt ihr originale Triathlon-Atmosphäre schnuppern. Dort, wo am nächsten Tag IRONMAN-Stars aus der ganzen Welt Rad fahren, könnt ihr zu einem IRONKID werden.

Alles, was ihr neben gesundheitlicher Fitness braucht, sind ein Fahrrad, einen Helm und ein Paar Laufschuhe. Bei Bedarf kann das Fahrrad und der Helm auch von uns gestellt werden.

Seid dabei und testet eure sportliche Leistungsfähigkeit.





Wettkampfdisziplinen: Schüler D (Jahrgänge von 2002 bis 2003):
Laufstrecke: 600 m (ohne Rad)

Schüler C (Jahrgänge von 2000 bis 2001):
Radstrecke: 2,6 km, Laufstrecke: 600 m

Schüler B (Jahrgänge von 1998 bis 1999):
Radstrecke: 3,9 km, Laufstrecke: 1.200 m

Schüler A (Jahrgänge von 1996 bis 1997):
Radstrecke: 5,2 km, Laufstrecke: 1.800 m

Jugend B (Jahrgänge von 1994 bis 1995):
Radstrecke: 6,5 km, Laufstrecke: 2.400 m

Schirmherr: Oberbürgermeister Dr. Helmut Georg Müller

Ausrichter: Xdream Sports & Events GmbH

Anmeldung: Fülle einfach das Anmeldeformular aus (bitte deutlich schreiben) und schicke es unterschrieben an:

Xdream Sports & Events GmbH
IRONMAN European Headquarters
Stichwort: IRONKIDS
Bücherweg 13a
63477 Maintal

Alle Unterlagen findest du unter
www.ironman.de.

Startgeld: Die Anmeldung ist erst nach Eingang des Startgeldes gültig. Einzahlung zugunsten Xdream Sports & Events GmbH auf folgendes Bankkonto: Frankfurter Sparkasse, BLZ 500 501 02, Konto 0200206044, Stichwort: IRONKIDS Wiesbaden, „Name, Vorname“.

Zeitplan: Der genaue Zeitplan für den Ablauf am 14. August steht ab dem 01. August 2009 im Internet unter www.ironman.de

Anmeldeschluss: 07. August 2009
Alle Anmeldungen, die nach dem 07. August 2009 eingehen, können aus organisatorischen Gründen leider nur noch an der Tageskasse berücksichtigt werden. Wir bitten hierfür um Verständnis.

Was wird benötigt: Alles, was neben gesundheitlicher Fitness gebraucht wird, ist ein Fahrrad, ein Helm und Laufschuhe. Solltest du kein eigenes Fahrrad besitzen, kann das Fahrrad und der Helm aber auch von uns gestellt werden.

Wettkampfablauf: Im Wettkampfbüro meldest du dich eine halbe Stunde vor deinem Start und erhältst deine Startnummer. Direkt an der Startlinie findet dann noch eine letzte Wettkampfbesprechung statt. Dann geht es mit dem Fahrrad zunächst über die Friedrich-Ebert-Allee, bevor du mit dem Laufen beginnst. Wie bei einem „richtigen“ Triathlon gibt es dazwischen keine Pause.

Start und Ziel: Start und Ziel sind auf der Friedrich-Ebert-Allee im Bereich der Rhein-Main-Hallen. Im Ziel kannst du dich mit Wasser, Schorle, Bananen und Müsliriegeln stärken.

Wechselzone: In der Wechselzone stellst du das Fahrrad ab und beginnst mit dem Lauf. Gib dein Rad und deinen Helm einfach einem der vielen Helfer und folge den Anweisungen. Die Wechselzone ist direkt vor Den Rhein-Main-Hallen, zwischen Rad- und Laufstrecke (siehe Plan auf der Rückseite).

Siegerehrung: Die Siegerehrung findet nach jedem Rennen der einzelnen Altersgruppen in der Nähe der Wechselzone an der Friedrich-Ebert-Allee statt.

Jeder, der das Ziel erreicht, erhält ein IRONKIDS Finisher-T-Shirt und eine Urkunde.