



## Ausschreibung

Kadertest des Bayerischen Triathlon Verbands  
am 21.10.2018 in Ingolstadt

Veranstalter: Bayerischer Triathlon Verband

Ort: Ingolstadt – Bezirkssportanlage Südwest (Lindberghstraße 71, 85051 Ingolstadt)

Zeitplan:

Uhrzeit		Ort
ab 9:00 Uhr	Abholen der Startunterlagen	Bezirkssportanlage Südwest
ab 9.30 Uhr	Aufwärmen auf der Laufbahn möglich	Bezirkssportanlage Südwest – 400m Laufbahn  (Besprechungsraum Bezirkssportanlage Südwest)
10.00 Uhr	Wettkampfbesprechung (für alle Teilnehmer Pflicht)	
ca.10:10 Uhr	Start erster Lauf über 60m	
ca. 10:40 Uhr	Start erster Lauf über 100m	
Ca. 11:30 Uhr	Start erster Lauf über 1000m	
Ca. 12:30 Uhr	Start letzter Lauf über 1000m	Hallenbad Südwest – 25m Becken
ca. 13:15 Uhr	Einschwimmen im Hallenbad Südwest möglich	
ca. 13:45 Uhr	Start erster Lauf über 25m Schwimmen	
ca.14:00 Uhr	Start erster Lauf über 50m Schwimmen	
ca. 14:30 Uhr	Start erster Lauf über 200m Schwimme	
Ca. 15:15Uhr	Start erster Lauf über 400m Schwimmen	

Umkleidemöglichkeiten für das Laufen sind ausgeschildert. Das Schwimmbad darf erst ab 13:00 Uhr und nur barfuß oder mit Badeschuhen betreten werden! Für alle Teilnehmer ist der Eintritt kostenfrei; Für Trainer und Eltern wird ein Unkosten i.H.v. 2,-€ erhoben – dieser muss vor Ort passend bar bezahlt werden.

Die Einteilung der Läufe erfolgt grundsätzlich nach Geschlecht und Altersklasse mit max. 12 Startern pro Lauf. Bei hoher Teilnehmerzahl kann es zu einer Doppelbahnbelegung beim Schwimmen kommen.

Startberechtigt sind alle Sportler und Sportlerinnen der Jahrgänge 2001-2007, die in der Saison 2017/18 einem bayerischen Verein angehört haben und einen DTU-Startpass für 2018/19 beantragen. Voraussetzung für die Qualifikation zum Landeskader ist die Teilnahme an mindestens einem Triathlon-Wettkampf der BTV-Nachwuchscup-Serie (oder höherwertiger) in 2018. Für die über ihre Wettkampfleistung qualifizierten Sportler und Sportlerinnen ist das Ergebnis des Kadertests nicht von Relevanz - es sei denn sie wollen sich für den LK1 Kader empfehlen.

### Detailinformation zu den absolvierenden Tests

- **Erhebung biometrischer Daten**
  - o Messung der Körperhöhe und des Körpergewichts\* \*auf freiwilliger Basis
- **Laufen**
  - o *Beim Laufen muss die ausgegebene Startnummer immer vorne sichtbar getragen werden. Das Laufen darf nur mit einer maximalen Spikeslänge von 0,6 cm erfolgen.*
  - o **60 m bzw. 100 m** (inkl. 30m fliegend): *Start im Hochstart 1 m hinter der Start-Lichtschranke - selbständiger Start und Sprint über 60m bzw. 100m; bei 30m und bei 60m bzw. 100m erfolgt eine Lichtschrankenmessung;*
  - o **1000 m:** *Start in Gruppen unterteilt in Geschlecht und Altersklassen*
- **Schwimmen (25m Bahn)**
  - o Das Schwimmen darf nur in „normaler Badebekleidung“ (keine Schwimmwettkampfanzüge bzw. -hosen) absolviert werden.
  - o **25m bzw. 50m mit Startsprung und Startkommando**
  - o **200m Wasserkomplextest mit Wasserstart und Startkommando** – fortlaufend (ohne Pause) je 50m:
    - + **50 m Kraul-Beine mit Schwimmbrett:** *Das Schwimmbrett ist während der gesamten 50 m mit beiden Händen zu halten. Die Wende erfolgt mit Berührung der Wand durch eine Hand. Die darf sich für den Anschlag kurz vom Brett lösen, aber keinen Schwimmzug unter Wasser durchführen. Nach Beenden der 50m wird das Schwimmbrett am Beckenrand abgelegt.*
    - + **50 m Brust gem. FINA-Reglement**
    - + **50 m Kraul einarmig** mit passiven Arm vorne und Armwechsel nach 25 m: *Es liegt ein Arm passiv vor den Oberkörper an der Wasseroberfläche und der andere Arm führt die Kraulbewegung aus. Nach 25 m erfolgt ein Wechsel der Arme.*
    - + **50 m Kraul**
  - o **400m Freistil gem. FINA-Reglement mit Wasserstart und Startkommando**

## Normen:

Landeskader 1 (LK 1) - nur 2004 und älter								
Angaben in m:ss,0	2004	2004	2003	2003	2002	2002	2001	2001
	w	m	w	m	w	m	w	m
<b>50m Schwimmen</b>	0:33,0	0:29,9	0:32,0	0:29,0	0:31,5	0:28,5	0:31,0	0:28,0
<b>400m Schwimmen</b>	5:17,0	5:07,0	5:07,0	5:00,0	5:00,0	4:48,0	4:55,0	4:39,0
<b>100m Lauf</b>	0:14,9	0:13,5	0:14,5	0:13,0	0:14,0	0:12,8	0:14,0	0:12,5
<b>1000m Laufen</b>	3:25,0	3:05,0	3:20,0	2:55,0	3:15,0	2:48,0	3:10,0	2:42,0

Landeskader 2 (LK 2)														
Angaben in m:ss,0	2007	2007	2006	2006	2005	2005	2004	2004	2003	2003	2002	2002	2001	2001
	w	m	w	m	w	m	w	m	w	m	w	m	w	m
<b>25m Schwimmen</b> (2006-2007)	0:16,5	0:16,0	0:16,0	0:15,0										
<b>50m Schwimmen</b> (ab Jg. 2005 u. älter)					0:34,5	0:32,5	0:34,0	0:31,5	0:33,5	0:30,5	0:32,5	0:29,5	0:32,0	0:29,0
<b>200m Schwimmen</b> (2006-2007)	3:45	3:40	3:35	3:30										
<b>400m Schwimmen</b> (ab Jg. 2005 u. älter)					5:52,0	5:45,0	5:42,0	5:35,0	5:32,0	5:20,0	5:20,0	5:10,0	5:10,0	5:00,0
<b>60m Lauf</b> (2006-2007)	0:10,6	0:10,2	0:10,3	0:09,7										
<b>100m Lauf</b> (ab Jg. 2005 u. älter)					0:15,5	0:14,0	0:15,5	0:13,8	0:14,9	0:13,5	0:14,5	0:13,0	0:14,0	0:12,8
<b>1000m Laufen</b>	3:45,0	3:45,0	3:35,0	3:35,0	3:45,0	3:25,0	3:35,0	3:15,0	3:27,0	3:05,0	3:20,0	2:55,0	3:15,0	2:45,0

(Jahrgänge 2001 und 2002 nur in Ausnahmefällen LK2-Kader)

Zur Nominierung müssen 4 von 4 (LK 1-Kader) bzw. 3 von 4 (LK 2-Kader) erreicht werden!

Bei herausragenden Leistungen im Schwimmen und/oder Laufen und einer entsprechenden Leistung in der Anschlussdisziplin, kann eine direkte Berufung in den entsprechenden D-Kader durch das Leistungssportpersonal erfolgen. Die Berufung in den Landeskader und eine damit verbundene, positive Perspektivbeurteilung des Athleten (w/m) im olympischen Triathlon erfolgt ausschließlich durch den Beschluss des Leistungssportpersonals..

## Verbindliche Anmeldung

per formloser Mail des Erziehungsberechtigten an [roland.knoll@gmx.de](mailto:roland.knoll@gmx.de) unter Angabe von Name, Vorname, Geburtsdatum (tt.mm.jjjj), Verein, Anschrift, Email-Adresse sowie Startpassnummer;

**Meldeschluss ist der 14.10.2018** – es gibt keine Möglichkeit für Nachmeldungen

R.Knoll &amp; T. Burger/Stand: 08\_2018

Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Unfälle und Schäden

Jeder Teilnehmer ist für die technische Sicherheit seiner Ausrüstung selbst verantwortlich und hat darauf zu achten, dass sie den Anforderungen der Ausschreibung entspricht.

Mit der Anmeldung zum Test willigen die Teilnehmer in die Erhebung, Verarbeitung und Weitergabe der Daten an den Landesverband (Landestrainer) und an die DTU (Bundestrainer) schriftlich ein. Bei Kindern/Jugendlichen unter 18 Jahren muss die Einwilligung zusätzlich durch die Erziehungsberechtigten erfolgen. Die Einverständniserklärung muss am Tag des Tests schriftlich abgegeben werden