



TRIATHLE

TRIATHLE beinhaltet die drei Basisdisziplinen des Modernen Fünfkampfes:
Laufen – Schwimmen – Schießen.

**Diese sind je nach Altersklasse in bis zu vier Durchgängen in der Reihenfolge:
Schießen – Schwimmen – Laufen zu bewältigen.**

Ablauf:

Nach einem Massenstart laufen die Athletinnen und Athleten zu ihren Schießständen, schießen solange mit ihrer Laserpistole auf ein 3-10 Meter entferntes Ziel, bis sie 5 Treffer erzielt haben oder die Zeit von 50 Sekunden abgelaufen ist. Danach wird die Pistole abgelegt und zur Wechselzone gelaufen, in der die Schuhe ausgezogen werden. Dann wird die vorgesehene Distanz im Freistil geschwommen, die Schuhe wieder angezogen und die vorgesehene Distanz bis zum Schießstand (im letzten Durchgang bis zur Ziellinie) gelaufen. Dieser Zyklus wird bis zu vier Mal wiederholt.

Veranstaltungen: Regionale Wettkämpfe, Landes- und Bundesmeisterschaften, Europa- und Weltmeisterschaften, sowie Wettkämpfe der World-Tour. Triathle wird an Seen/Teichen, im Frei-/Hallenbad oder am Meer durchgeführt.

Die erste Weltmeisterschaft fand 2013 auf Zypern statt. Österreich gewann drei Medaillen.

Triathle-Arten: Beach-Triathle: die Athleten laufen barfuß, schwimmen im Meer oder in einem See.

Street-Triathle: die Athleten laufen auf hartem Untergrund (z.B. Asphalt) – für die Laufdistanz müssen Laufschuhe getragen werden.

Wertungen: Einzel-, Team (3 Athleten oder Athletinnen) sowie Mixed Relay (1 Athletin mit 1 Athleten)

ALTERSKLASSEN und Distanzen 2017:

Klasse	Alter	Jahrgänge 2017	Geschlecht	Schießen	Schwimmen	Laufen
Jugend E (U11)	10 u. jünger	< 2007	M & F	2 x 5 Treffer (beidarmig) 3m	2 x 25 m	2 x 200 m
Jugend (U13) D	11-12	2005, 2006	M & F	2 x 5 Treffer 5m	2 x 50 m	2 x 400 m
Jugend (U15) C	13-14	2003, 2004	M & F	4 x 5 Treffer 5m	4 x 25 m	4 x 400 m
Jugend B (U17)	15-16	2001, 2002	M & F	4 x 5 Treffer 10m	4 x 50 m	4 x 600 m
Jugend A (U19)	17-18	1999, 2000	M & F	4 x 5 Treffer 10m	4 x 50 m	4 x 800 m
Junioren	19-21	1996 - 1998	M & F	4 x 5 Treffer 10m	4 x 50 m	4 x 800 m
Allg. Klasse	22- 39	1995 - 1978	M & F	4 x 5 Treffer 10m	4 x 50 m	4 x 800 m
Master A (40+)	40-49	1977 - 1968	M & F	4 x 5 Treffer 10m	4 x 50 m	4 x 600 m
Master B (50+)	50-59	1967- 1958	M & F	4 x 5 Treffer 10m	4 x 50 m	4 x 600 m
Master C (60+)	60 u. älter	<1957	M & F	4 x 5 Treffer 5m	4 x 25 m	4 x 400 m

Wettkampfbestimmungen:

Für die Durchführung gelten die Wettkampfbestimmungen des Internationalen Verbandes Moderner Fünfkampf (UIPM). Auszug aus dem Regelwerk:

- Der Wettkampf beginnt mit einem Massenstart 25 Meter vom Schießstand entfernt.
- Während dem Laufen (Street-Triathle) sind Schuhe zu tragen – eventuell verlorene Schuhe müssen sofort wieder angezogen werden. Beim Schwimmen dürfen keine Schuhe (auch keine Socken) getragen werden. Diese sind nach dem Schießen in der Wechselzone in den dafür vorgesehenen Boxen zu verstauen.
- Schwimmbrillen und Badehauben können von Anfang an getragen werden.
- Als Schwimm- und Laufdress sind wahlweise Triathlon-Einteiler, Badeanzug, 2-Teiler (Frauen), Badehose mit enganliegenden Leibchen (Männer) zu verwenden. Kein Neopren!
- Schwimmhilfen sind nicht gestattet. Die Wendebojen sind zu umschwimmen.

Folgende Strafen werden bei Missachtung der Wettkampfbestimmungen ausgesprochen:

Disqualifikation: Unsportliches Verhalten: z.B. gezielte Behinderung, Attackieren oder Verletzen von

Wettkämpferinnen und Wettkämpfer. Verlassen oder Abkürzen der Laufstrecke.
10sec Zeitstrafe: Fehlstart (beim zweiten Fehlstart), Ablage der Schuhe oder anderen
Ausrüstungsgegenstände neben den dafür vorgesehenen Wechselboxen.

Kontakt: Verband Moderner Fünfkampf Steiermark (ZVR Zahl 351974264)
p. A. Johann Saufüssl A-8054 Seiersberg-Pirka Storchenweg 3,
E-Mail: johann.saufuessl@gmx.at mobil: +43 676 6221351_
www.mo5k.at www.facebook.com/moderner.fuenfkampf.stmk