

Ausschreibung

Kadertest des Bayerischen Triathlon Verbands
am 24.03.2019 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 9:20 Uhr	Aufwärmen auf der Laufbahn möglich	
09:50 Uhr	Wettkampfbesprechung (für alle Teilnehmer Pflicht)	
ca. 10:00 Uhr	Start erster Lauf über 60m	Bezirkssportanlage Südwest – 400m Laufbahn
ca. 10:20 Uhr	Start erster Lauf über 100m	
ca. 10:45 Uhr	Start erster Lauf über 1000m	
ca. 11:00 Uhr	Start erster Lauf über 3000m	
ab ca. 11:30 Uhr	Start Radparcours	Pausenhof
zwischen 12:30-13:15 Uhr	<i>selbstständiger Besuch bei der Datenerhebung</i>	Besprechungsraum
ca. 13:15 Uhr	Einschwimmen im Hallenbad Südwest möglich	
ca. 14:00 Uhr	Start erster Lauf über 25m Schwimmen	Hallenbad Südwest – 25m Becken
ca. 14:15 Uhr	Start erster Lauf über 50m Schwimmen	
ca. 14:45 Uhr	Start erster Lauf über 200m Schwimmen	
ca. 15:15 Uhr	Start erster Lauf über 400m Schwimmen	

Umkleidemöglichkeiten für das Laufen sind ausgeschildert. Das Schwimmbad darf erst ab ca. 13:00 Uhr und nur barfuß oder mit Badeschuhen betreten werden!

Die Einteilung der Läufe erfolgt grundsätzlich nach Altersklasse und/ oder Geschlecht 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 2018 einem bayerischen Verein angehört haben und einen DTU-Startpass für 2019 beantragt haben. Voraussetzung für die Qualifikation zum Landeskader ist die Teilnahme an mindestens einem Triathlon-Wettkampf der BTV-Nachwuchscup-Serie (oder höherwertiger) in 2018.

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:** Start im Hochstart 1 m hinter der Start-Lichtschranke - selbständiger Start und Sprint über 60m bzw. 100m; bei 60m bzw. 100m erfolgt eine Lichtschrankenmessung;
 - o **1000 m bzw. 3000m:** Start in Gruppen unterteilt in Geschlecht und Altersklassen
- **Radfahren (nur Schüler A)**
 - o Radparcours des BDR (siehe Anlage)
- **Schwimmen (25m Bahn)**
 - o Das Schwimmen darf nur in „normaler Badebekleidung“ (d.h. „Dreiecksbadehose bzw. -badeanzug“ - keine Schwimmwettkampfanzüge bzw. -hosen) absolviert werden.
 - o **25m bzw. 50m mit Startsprung und Startkommando**
 - o **200m Wasserkompletttest 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 passivem 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
50m Schwimmen	0:33,0	0:29,9	0:32,0	0:29,0	0:31,5	0:28,5	0:31,0	0:28,0
400m Schwimmen	5:17,0	5:07,0	5:07,0	4:57,0	5:00,0	4:48,0	4:55,0	4:39,0
100m Lauf	0:14,9	0:13,5	0:14,5	0:13,0	0:14,0	0:12,8	0:14,0	0:12,5
3000m Lauf	11:20,0	10:15,0	11:05,0	10:00,0	10:50,0	09:40,0	10:40,0	09:30,0

Landeskader 2 (LK 2)										
Angaben in m:ss,0	2007	2007	2006	2006	2005	2005	2004	2004	2003	2003
	w	m	w	m	w	m	w	m	w	m
25m Schwimmen (2006-2007)	0:16,5	0:16,0	0:16,0	0:15,0						
50m Schwimmen (ab Jg. 2005 u. älter)					0:34,5	0:32,5	0:34,0	0:31,5	0:33,5	0:30,5
200m Schwimmen (2006-2007)	3:45	3:40	3:35	3:30						
400m Schwimmen (ab Jg. 2005 u. älter)					5:52,0	5:45,0	5:40,0	5:35,0	5:27,0	5:20,0
Radparcours (2006-2007)	45,0	40,0	40,0	35,0						
60m Lauf (2006-2007)	0:10,6	0:10,2	0:10,3	0:09,7						
100m Lauf (ab Jg. 2005 u. älter)					0:15,5	0:14,0	0:15,5	0:13,8	0:14,9	0:13,5
1000m Lauf (2006-2007)	3:45,0	3:45,0	3:40,0	3:35,0						
3000m Lauf (ab Jg. 2005 u. älter)					11:50,0	10:50,0	11:40,0	10:35,0	11:27,0	10:20,0

Zur Nominierung müssen 4 von 4 (LK 1-Kader) oder 3 von 4 (Jugend B) bzw. 4 von 5 (Schüler A) - wobei die schlechteste Disziplin nur um max. 10% abweichen darf - (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 Landeskader 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 Online-Meldeformular unter Angabe von Name, Vorname, Geburtsdatum (tt.mm.jjjj), Verein, Anschrift, Email-Adresse sowie Startpassnummer; über die BTV Homepage <https://btv-info.de>

Meldeschluss ist der 18.03.2019 – es gibt keine Möglichkeit für Nachmeldungen

Die Veröffentlichung der Ergebnisse erfolgt zeitnah nach Beenden der Schwimmwettkämpfe

R.Knoll & T. Burger/ Stand: 01_2019

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.

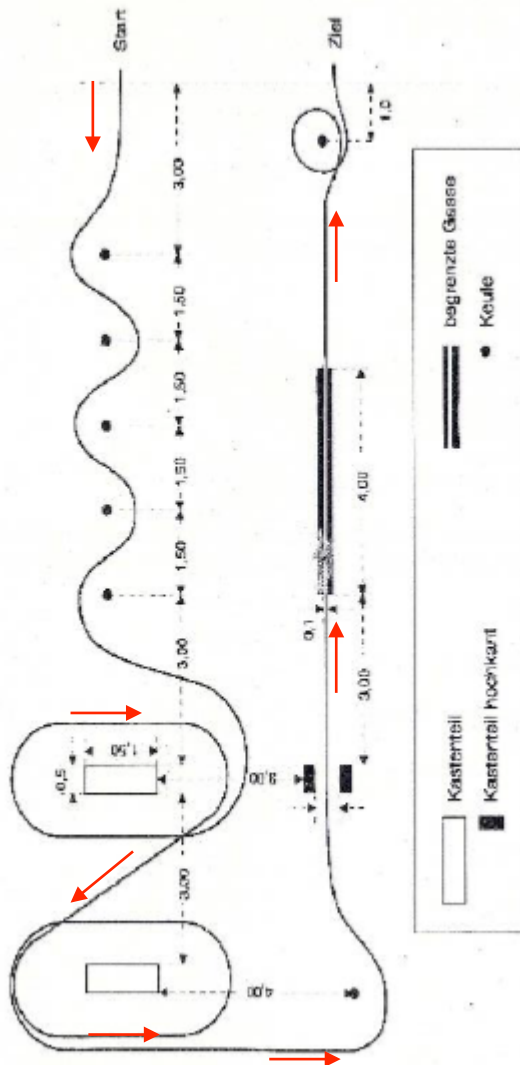
Mit der Anmeldung zum Test willigen die Teilnehmer in die Erhebung, Verarbeitung und Weitergabe der Daten an den Landesverband (Landestrainer) und an die DTU (Bundestrainer) schriftlich ein. Bei Kindern/Jugendlichen unter 18 Jahren muss die Einwilligung zusätzlich durch die Erziehungsberechtigten erfolgen.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

Anlage 1: Radparcours des BDR:

Skizze

Geschicklichkeitsfahrtstest (Abbildung)

Quelle BDR



Beschreibung:

- Die entsprechend der Abbildung aufgebaute Hindernisstrecke ist auf dem vorgegebenen Weg nach Zeit zu durchfahren. (die angegebenen Maße sind in Metern auf zwei Kommastellen angegeben)
- **Fahrradwahl ist freigestellt.**
- Der Sportler hat die Aufgabe, den Parcours möglichst schnell und möglichst fehlerfrei zu bewältigen.
- Jeder Sportler führt zwei Wertungsdurchgänge durch, es gibt keinen Probedurchgang.
- Sportler steht mit Vorderrad hinter Startmarkierung des Parcours. Ein Fuß ist dabei auf dem Boden der zweite Fuß auf dem Pedal.
- Start erfolgt auf Kommando (Fertig-Los/Pfiff...).
- Sportler fährt im Slalom von rechts beginnend um die ersten 5 Keulen. Das erste Kastenteil wird rechtsherum einmal komplett umfahren. Das nächste komplett linksherum, so dass an der darauffolgenden Keule linksherum Richtung Rückweg abgebogen wird. Nun folgt das Durchfahren zwischen den zwei hochkant aufgestellten Kastenteilen und der abgegrenzten Gasse. Am Ende muss noch einmal die letzte Keule linksherum komplett umrundet werden, bis nach vollständigem Überqueren der Ziellinie die Zeit gestoppt wird.

Bewertung:

- Zeit, die benötigt wurde, um den Parcours zu bewältigen.
- Es werden zwei Wertungsdurchgänge absolviert.
- Die Zeitnahme erfolgt in Sekunden und Zehntelsekunden.
- Der Durchgang mit der besten Gesamtzeit wird gewertet.
- Fehler:
 - Keulen umstoßen (jede Keule ist ein Fehler)
 - umstoßen der senkrechten Kastenteile
 - Verlassen der Gasse
 - Bodenberührung
- **→ Pro Fehler 3 Sekunden Aufschlag auf die Fahrzeit als „Strafe“.**
- Ein falsches Umfahren der Kastenteile, falsche Reihenfolge und Nichtbefahren der Gasse wird nicht als Durchgang gewertet. Es gibt keine Wiederholung.