
World Series
POWER  **MAN**®

★ ★ ★ Alsdorf ★ ★ ★

Sonntag, 14. April 2019

Athleten Briefing Deutsch

13.04.2019

Agenda

- Willkommen und Vorstellung
- Schiedsgericht
- Zeitpläne
- Check-in und Wechselzone
- Strecken
- Penalties
- Nach dem Rennen
- Wettervorhersage

Willkommen und Vorstellung

John Raadschelders

POWERMAN CEO

Patrick Thevis

Veranstalter

Rainer Lange

DTU Einsatzleiter

Betina Kückels-Viehl

DTU Technische Delegierte

Schiedsgericht

- | | |
|------------------------|--------------|
| • Betina Kückels-Viehl | TD / Vorsitz |
| • Heike Rockahr | DTU |
| • Patrick Thevis | Veranstalter |

Zeitplan

Samstag

17:00	Powerman Classic - Athleten Briefing englisch
17:30	Powerman Classic – Athleten Briefing deutsch
18:00	Pasta-Party (Autohaus Zittel, Linnicher Straße 203, Alsdorf)

Sonntag

07:15	Check-in
08:08	Line up Elite Frauen (die ersten 12)
08:18	Start Elite Frauen
08:10	Line up Elite Männer (die ersten 12)
08:20	Start Elite Männer
08:21	Start AltersklassenathletInnen
12:00	Cut Off Zeit Rad
13:01	Zielschluss



Wechselzone (Wege)



Check-in

- Radcheck
- Helmcheck (Bitte Helm aufgesetzt und geschlossen)
- Aufkleber (Startnummern):
 - Helm: 1 vorne, 1 an jeder Seite
 - Bike: Sattelstütze oder Bremskabel
- Holzradständer, nummeriert für alle Starter
- Vorderrad in Laufrichtung > Wechselzone Mitte
(Hinterrad in den Radständer)

Wechselzone

- Den Helm mit geöffnetem Kinnriemen am Rad lassen
Bei Nichtbeachten = 30 sec. Zeitstrafe (Penalty Box)
- Radschuhe vor der Box (Elite) bzw. neben dem Rad (AK) oder am Rad
- Elite: Laufschuhe vor der Box. Elite-Athleten, die ihre Laufschuhe zweimal nutzen, können sie nach dem ersten Lauf vor die Box stellen. AK : Schuhe neben dem Rad
- Jegliches zusätzliche Equipment am Rad muss spätestens 10 Minuten nach diesem Briefing durch den Einsatzleiter genehmigt werden.

Zeitchip

- Sie erhalten **einen** Chip für das Fußgelenk
- Bitte tragen Sie den Chip am linken Bein
- Check-out des Rads nur mit Zeitchip und Startnummer möglich

Vorstart Procedere/Line up

- Jeweils 10 Minuten vor dem Start : Aufstellung am Bitburger Bogen hinter der Startlinie für Elite Frauen und Männer
- Begeben Sie sich zur Startlinie nachdem Ihr Name aufgerufen wurde (nur für Elite)
- Wählen Sie Ihren Startplatz und bleiben Sie HINTER der Startlinie!

Start

- Athleten in Position
- Der Start kann - nachdem die Technische Delegierte das Zeichen „On your mark“ gegeben hat – jederzeit erfolgen
- Elektronisches Startsignal
- Das Rennen startet

Fehlstart

- Mehrere kurze Startsignale = Startabbruch
- Jeder geht zurück an seinen Startplatz
- Erneuter Start

Strecken

Lauf 1

4 Runden à 2,5 km durch die Alsdorfer Innenstadt

Rad

3 Runden à 19,5 km wellige, komplett gesperrte
Wendepunktstrecke

Lauf 2

4 Runden à 2,5 km durch die Alsdorfer Innenstadt

1. Lauf

- 4 Runden (Gesamtlänge 10 km)
- 1 Verpflegungsstelle bei 2,5 & 5 & 7,5 km:
 - 1. Tisch Wasser in Plastikbechern
 - 2. Tisch Isotonisches Getränk in Plastikbechern
- !! Bitte beachten Sie die Littering Zone
(Zone, in der Müll wie Gelbeutel, Flaschen, etc. entsorgt werden kann)
50 m vor und 100 m nach der Verpflegungsstelle!!

Nichtbeachten = Disqualifikation!!!

1. Lauf - Streckenkarte



Wechselzone 1- Elite!!!

- Athleten, die ihre Laufschuhe für beide Läufe nutzen möchten, können diese nach dem 1. Lauf vor der Box stehen lassen
- Es darf sich während des Rennens ausschließlich EIN Paar Laufschuhe auf der Erde befinden
- Gebrauchtes Material nach Lauf 1 muss IN die Box!!!

Radstrecke

- 3 Runden (Gesamtlänge 60 km), hügeliger Kurs
- Windschattenfahren verboten: 12 m Abstand, 25 Sekunden um zu Überholen!
- Runden müssen eigenständig gezählt werden

Radstrecke - Verpflegung

- Pit Stop kurz nach dem Wendepunkt Nähe Aufstiegslinie
- Verpflegungsstelle = Wasser und isotonisches Getränk
- “Persönliche Verpflegung” Tisch am Ende der Verpflegungsstelle
- !! Bitte beachten Sie die Littering Zone
50 m vor und 100 m nach der Verpflegungsstelle!!
Nichtbeachten = Disqualifikation!!!
- Nicht offizielle Coaching Zone im Anschluss an die Verpflegungsstelle

Radstrecke - Streckenkarte

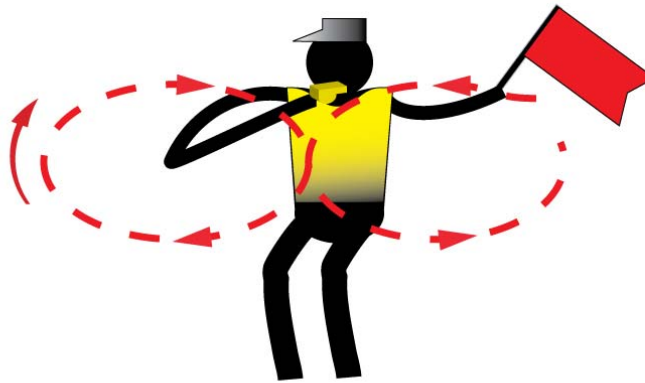


Radstrecke – Wendepunkt KM19



Gefahrenstellen

Gefahrensignal: drei scharfe Piffe und rote Flaggen



Bitte abbremsen und Gefahrenstelle wenn möglich
vorsichtig umfahren.

Auf mögl. Anweisungen der Helfer reagieren!

2. Lauf

- 4 Runden (Gesamtlänge 10 km)
- 1 Verpflegungsstation bei 2,5 & 5,0 & 7,5 km :
 - 1. Tisch: Wasser in Plastikbechern
 - 2. Tisch: Isotonisches Getränk in Plastikbechern
 - 3. Tisch: Bananen und Gel
- !! Bitte beachten Sie die Littering Zone
50 m vor und 100 m nach der Verpflegungsstelle!!

Nichtbeachten = Disqualifikation!!!

2. Lauf - Streckenkarte



Penalties Bike

- Die Penalty Box befindet sich am Beginn der Laufstrecke
- Penalties von der Radstrecke müssen ohne Hinweis am Whiteboard und eigenständig in dieser Penalty Box abgeleistet werden - unmittelbar nach dem Radfahren

Windschattenfahren = Blaue Karte = 5 Minuten

Blocking, Überfahren der Mittellinie etc. = Gelbe Karte = 30 Sekunden)

Für diese Strafen gibt es KEINE Nummern am Whiteboard!!!

Wenn Sie Penalties nicht ableisten = DSQ

Max. 2 Blaue Karten!

3 Blaue Karten= DSQ

Penalty Box

- Zusätzlich für Verstöße bei Lauf 1, WZ1 +2 und Lauf 2
z.B. Aufsteigen vor der Aufstiegslinie, Absteigen nach der Abstiegslinie, Equipment außerhalb der Box, Littering, Andere Verstöße (Rad außerhalb des eigenen Bereichs aufhängen, etc.)
- **Diese** Penalties werden an einem Whiteboard angezeigt
(Gilt NICHT für Penalties von der Radstrecke!!!)
- Athleten müssen selber in jeder Runde auf das Board achten
- Coaches sollten das Board im Auge haben und ihre Athleten rechtzeitig informieren
- **Nicht abgeleistete Penalties = DSQ**

Penalty Box

- Wenn Sie eine Penalty erhalten, wird Ihre Startnummer plus ein Buchstabencode angezeigt, der den Ursprung der Strafe erklärt
 - D** = Dismount (Abstieg)Verstoß
 - E** = Equipment außerhalb der Box
 - V** = andere Verstöße
 - M** = Mount Line (Aufstieg) Verstoß
 - L** = Littering (Illegales Müll entsorgen)

Beispiel:

12D = Athlet Nr.12 erhält eine Penalty für falsches Absteigen

12M + 12E (unter- oder nebeneinander) = Athlet Nr. 12 erhält je eine Penalty für M = Aufstiegsfehler und E = Equipment außerhalb der Box.

Ziel & Nach dem Rennen

- Fotozieleinlauf
- Vermeiden Sie Stau im Zielbereich :
Begeben Sie sich schnellstens in den Nachzielbereich
(Verpflegung / Massage)
- Siegerehrung: Nach dem Rennen ab 14:00 in der
Stadthalle Alsdorf

Anti-Doping Kontrolle

- Ein Lichtbildausweis ist für jeden Athleten Pflicht um
für eine eventuelle Doping Kontrolle bereit zu sein



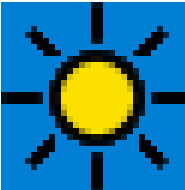
Wichtiger Hinweis

Bitte respektieren Sie Ihre + unsere
Umwelt!!!

Entsorgen Sie Ihren Müll nicht außerhalb
der vorbestimmten Zonen

Wettervorhersage

Tbd

	Temp	Wetter	
Samstag	XX°C	Schön	
Sonntag	XX°C	Schön	 

Und

Fragen ????

Viel Glück und habt Spaß!!!

