

# TRIATHLON

RAIKA TRI TEAM TELFS

www.tri-telfs.at



## Rundeninformationen ASVÖ Spiele Telfs 2009

**Schüler B**

**m/w**

**96/97**

### **Schwimmen (im Dreieck 250 m 2 1/2 Runden)**

der Start erfolgt im Osten

### **Radfahren - MTB (3 Runden 3.000 m)**

Aus der Wechselzone: Südseite Schwimmbad Ausgang nach rechts - Richtung Unterführung dann nach rechts Richtung Norden, dann gleich nach dem Zaun links Richtung Sporthalle - rund um den Tennisplatz und dann rechts auf der Straße Richtung Westen bis zum Wendepunkt.

Dann auf dem Feldweg und der asphaltierten Straße bleibend zurück in die zweite und dritte Runde.

Nun auf dem Feldweg und der asphaltierten Straße bleibend zurück bis zum Tunnel und zurück in die Wechselzone.

### **Laufen: (3 Runden 1.920 m)**

In der Wechselzone in den Laufkanal (oberhalb der Wechselzone) beim Ziel vorbei, Richtung Schwimmbad Ausgang - hier nach rechts oben - Richtung Inntalcenter. Westlich des IC neben dem Bach nach Süden und Einbiegen am Gehsteig nach rechts. Vor der Unterführung nach rechts ins Schwimmbadgelände und retour auf die zweite bzw. dritte Runde. Anschließend ins Ziel (gelber Bogen)

[www.tri-telfs.at](http://www.tri-telfs.at)

# TRIATHLON

RAIKA TRI TEAM TELFS

www.tri-telfs.at



## Rundeninformationen ASVÖ Spiele Telfs 2009

**Schüler A**

**m/w**

**94/95**

### **Schwimmen im Dreieck 400m (4 Runden)**

Der Start erfolgt im Osten

### **Radfahren - MTB (5 Runden 5.000 m)**

Aus der Wechselzone: Südseite Schwimmbad Ausgang nach rechts - Richtung Unterführung dann nach rechts Richtung Norden, dann gleich nach dem Zaun links Richtung Sporthalle - rund um den Tennisplatz und dann rechts auf der Straße Richtung Westen bis zum Wendepunkt.

Dann auf dem Feldweg und der asphaltierten Straße bleibend zurück in die zweite, dritte, vierte und fünfte Runde.

Nun auf dem Feldweg und der asphaltierten Straße bleibend zurück bis zum Tunnel und zurück in die Wechselzone.

### **Laufen: (5 Runden 3.200 m)**

In der Wechselzone in den Laufkanal (oberhalb der Wechselzone) beim Ziel vorbei, Richtung Schwimmbad Ausgang - hier nach rechts oben - Richtung Inntalcenter. Westlich des IC neben dem Bach nach Süden und Einbiegen am Gehsteig nach rechts. Vor der Unterführung nach rechts ins Schwimmbadgelände und retour auf die zweite, dritte, vierte und fünfte Runde. Anschließend ins Ziel (gelber Bogen)

[www.tri-telfs.at](http://www.tri-telfs.at)

# TRIATHLON

RAIKA TRI TEAM TELFS

www.tri-telfs.at



## Rundeninformationen ASVÖ Spiele Telfs 2009

**Jugend**

**m/w**

**92/93**

### **Schwimmen im Dreieck 750m (7 Runden = 4 plus 3 )**

Start erfolgt im Westen - gegen den Uhrzeigersinn - nach vier Runden Ausstieg aus dem Wasser um die Breite herumlaufen und wieder ins Wasser weitere drei Runden.

### **Radfahren - MTB (6 Runden 6.000 m)**

Aus der Wechselzone: Südseite Schwimmbad Ausgang nach rechts - Richtung Unterführung dann nach rechts Richtung Norden, dann gleich nach dem Zaun links Richtung Sporthalle - rund um den Tennisplatz und dann rechts auf der Straße Richtung Westen bis zum Wendepunkt.

Dann auf dem Feldweg und der asphaltierten Straße bleibend zurück in die zweite, dritte ...und sechste Runde.

Nun auf dem Feldweg und der asphaltierten Straße bleibend zurück bis zum Tunnel und zurück in die Wechselzone.

### **Laufen: (5 Runden 3.200m)**

In der Wechselzone in den Laufkanal (oberhalb der Wechselzone) beim Ziel vorbei, Richtung Schwimmbad Ausgang - hier nach rechts oben - Richtung Inntalcenter. Westlich des IC neben dem Bach nach Süden und Einbiegen am Gehsteig nach rechts. Vor der Unterführung nach rechts ins Schwimmbadgelände und und retour auf die zweite, dritte bis fünfte Runde. Anschließend ins Ziel (gelber Bogen)

[www.tri-telfs.at](http://www.tri-telfs.at)

# TRIATHLON

RAIKA TRI TEAM TELFS

[www.tri-telfs.at](http://www.tri-telfs.at)



## Rundeninformationen ASVÖ Spiele Telfs 2009

### Mannschaftsbewerb

#### **Schwimmen (im Dreieck 250 m 2 1/2 Runden)**

der Start erfolgt im Osten

#### **Radfahren - MTB (3 Runden 3.000 m)**

Aus der Wechselzone: Südseite Schwimmbad Ausgang nach rechts - Richtung Unterführung dann nach rechts Richtung Norden, dann gleich nach dem Zaun links Richtung Sporthalle - rund um den Tennisplatz und dann rechts auf der Straße Richtung Westen bis zum Wendepunkt.

Dann auf dem Feldweg und der asphaltierten Straße bleibend zurück in die zweite und dritte Runde.

Nun auf dem Feldweg und der asphaltierten Straße bleibend zurück bis zum Tunnel und zurück in die Wechselzone.

#### **Laufen: (3 Runden 1.920 m)**

In der Wechselzone in den Laufkanal (oberhalb der Wechselzone) beim Ziel vorbei, Richtung Schwimmbad Ausgang - hier nach rechts oben - Richtung Inntalcenter. Westlich des IC neben dem Bach nach Süden und Einbiegen am Gehsteig nach rechts. Vor der Unterführung nach rechts ins Schwimmbadgelände und retour auf die zweite bzw. dritte Runde. Anschließend ins Ziel (gelber Bogen)

[www.tri-telfs.at](http://www.tri-telfs.at)