

Information für Athlet*innen

35. Tölzer Triathlon am 21.06.2026

WSV Bad Tölz e. V.

Olympische Distanz

Volkstriathlon

Staffelwettbewerbe

Landesliga Süd



VERANSTALTUNG
GENEHMIGT

02-26-01-06647





Sparkasse
Bad Tölz - Wolfratshausen



Xenofit®

DIESTADTWERKE

BAD TÖLZ

KLIMANEUTRALES UNTERNEHMEN

Liebe*r Triathlet*in,

der WSV Bad Tölz begrüßt Dich herzlich zu seinem 35. Tölzer Triathlon. Wir haben uns als Veranstalter viel Mühe gegeben, den Wettkampf so optimal wie möglich vorzubereiten.

Da eine Triathlonveranstaltung, bei der bis zu 500 Teilnehmer*innen an den Start gehen, nur reibungslos funktionieren kann, wenn sich auch alle an den vorgegebenen Veranstaltungsablauf halten, bitten wir Dich, diese Info genau zu lesen und die Anweisungen der Hilfskräfte zu befolgen.

Der WSV Bad Tölz wünscht allen Teilnehmer*innen einen erfolgreichen und unfallfreien Wettkampf!

Lade Dir diese Pdf schon daheim auf Dein Smartphone!

Die Internetverbindung ist am Kirchsee nicht ausreichend.

35. Tölzer Triathlon, 21.06.2026

- Volkstriathlon, Volkstriathlonstaffel:
500 m Schwimmen, 24,9 km Radfahren, 5 km Laufen
- Landesliga Süd, Olympische Distanz „Tölzer Triathlon“ und Staffel Olympische Distanz: 1,5 km Schwimmen, 39,5 km Radfahren, 9,7 km Laufen

Veranstaltungsablauf:

Samstag, 20.06.2026 16:00 – 18:00 Uhr

Ausgabe der Startunterlagen (erste und bessere Gelegenheit) **mit möglicher Abgabe der Laufbeutel** im Innenhof des Gabriel-von-Seidl-Gymnasiums Bad Tölz (rotes Gebäude) am Sportplatz (Wechselzone II Rad/Lauf sowie Ziel) an der Peter-Freisl-Straße.

Startunterlagen - bitte prüfe die acht Startunterlagen auf ihre Vollständigkeit:

Radnummer, Helmnummer, 1 Startnummernblatt (für Staffeln 2x fürs Radfahren und fürs Laufen), Zeitnahme-Chip mit Klettband, Etikett „W“ mit Startnummer – für die Wärmekleidung, Etikett „R“ mit Startnummer – für die Radkleidung, Etikett „L“ mit Startnummer – für den Laufbeutel, Bademütze.

Sonntag, 21.06.2026

Am Kirchsee:

Parken:

Beim Schwimmstart stehen kostenfreie Parkplätze am See zur Verfügung, aber nur in begrenztem Umfang. Den Startunterlagen liegt ein Parkausweis bei.

Beachte, dass die schmale Zufahrtsstraße zum Kirchsee nicht an den Seitenstreifen beparkt werden darf!

06.30 – 07:45 Uhr:

Ausgabe der Startunterlagen (zweite Gelegenheit) am Kirchsee (Wechselzone I Schwimmen/Rad). Den Umfang der Unterlagen beachte bitte oben unter „Freitag“.

Jede*r Teilnehmer*in ist für seine/ihre Registrierung selbst verantwortlich!

Deine Startvorbereitungen:

- Jede*r Teilnehmer*in ist für seine/ihre Ausrüstung und die ordnungsgemäße Deponierung (s. unten) selbst verantwortlich!
- Die Räder und Radhelme müssen den Vorschriften der DTU-Sportordnung entsprechen.
- Klebe die *Radnummer* wie ein Fähnchen um die Sattelstütze.
- Klebe die *Helmnummer* vorn an den Radhelm.
- Befestige die Etiketten „L“, „R“ und „W“ mit Deiner Startnummer an den Tragegriffen Deiner drei Transporttaschen: Der Beutel mit dem Etikett „L“ soll Laufkleidung und Laufschuhe beinhalten. Der Beutel mit dem Etikett „R“ ist für die Radkleidung. Die Tasche mit dem Etikett „W“ ist für die Warmkleidung („Kleidung vor dem Start ist Kleidung im Ziel“) und frische Wäsche am Ziel gedacht. Nimm diese Tüte zum Schwimmstart mit, wo sie beim bereitgestellten Transportfahrzeug abgegeben werden kann. Wir bringen diese Tasche dann zum Ziel. Für Wertgegenstände wird keine Haftung übernommen.
- Startnummer am mitgebrachten elastischen Band befestigen.
- Befestige das Klettband mit dem Zeitnahme-Chip am Fußgelenk - auch bereits zum Schwimmen! Ohne diesen Chip ist keine Zeitnahme und somit keine Wertung möglich. Auch die Schwimmer der **Staffeln** haben den Zeitnahme-Chip schon am Bein und **übergeben den Zeitnahme-Chip** in der Wechselzone.

Abgabe der Laufbeutel bei dem bereitgestellten Transportfahrzeug bis 07:45 Uhr. Wir platzieren Deine Tasche in der Wechselzone II Rad/Lauf in Bad Tölz, wo der Wettkampf mit dem Laufen fortgesetzt wird; siehe unter „Wechselzone zum Laufen“

07:00 - 08:15 Uhr:

Leg Deinen Beutel mit der Radkleidung (Etikett **R**) bitte **selber** auf dem Weg vom Schwimmausstieg zum Wechsel-/Kontrollzelt an der nummerierten Stelle ab. (Nach dem Schwimmen wird der Neoprenanzug und Schwimmausrüstung in diesen Beutel gesteckt und der Beutel wird selbstständig zum Wechselzelt mitgenommen.)

Einchecken der Räder in den Radpark (Wechselzone). Der Radpark darf nur ein Mal durch das Zelt zur Helm- und Radkontrolle durch den/die Kampfrichter*in des BTV („Check-In“) betreten werden und dann nicht mehr. (Betreuer und Zuschauer werden nicht eingelassen.) Stell Dein Rad in den nummerierten Ständer. Der Radhelm sowie das Startnummernblatt müssen am Rad deponiert werden. **Achtung:** Der **Verschluss des Radhelms** muss bei der Ablage des Helms am Rad **offen** sein. Schuhe und Brille können am Rad abgelegt werden. Es dürfen keine Bekleidungsstücke am Rad deponiert werden. Ausnahme sind kleine Handtücher, die aber nicht mit Sicherheit in den Zielbereich transportiert werden können.

07:45 Uhr: **Für alle Teilnehmer verpflichtende Wettkampfbesprechung** am Wechselzelt (Wechselzone I Schwimmen/Rad).

<u>Wettbewerb</u>	<u>Startzeiten</u>	<u>Start-Nrn.</u>	<u>Farbe Badekappe</u>
Landesliga Süd (Olympisch)	08:30	1-80	gelb (eigene)
Olympisch Männer ab AK50 / Frauen	09:00	81-N.N.	rot
Olympisch Männer AK 18 bis 45	09:05	N.N.	weiß
Olympisch Staffel	09:10	N.N.	blau
Volkstriathlon	09:45	N.N.	hellgrün
Volkstriathlon-Staffel	10:00	N.N.	orange

Der Schwimmstart ist ca. 700 m vom Ort der Wettkampfbesprechung (Wechselzone I Schwimmen/Rad) entfernt. **Plane bitte eine Gehzeit von 10 Minuten ein und beachte Deine Startzeit entsprechend Deiner Wettkampfgruppe.**

Am Schwimmstart befinden sich auch Toiletten.

Der Einschwimmbereich befindet sich rechts vom Wasserwachtgebäude. Das Einschwimmen erfolgt auf eigene Gefahr.

Schwimmen:

- Landesliga Süd, Olympische Distanz „Tölzer Triathlon“ und Staffel Olympische Distanz: **1.500 m**
- Volkstriathlon, Jugend A, Staffel Volkstriathlon, inkl. Firmenwertung: **500 m**

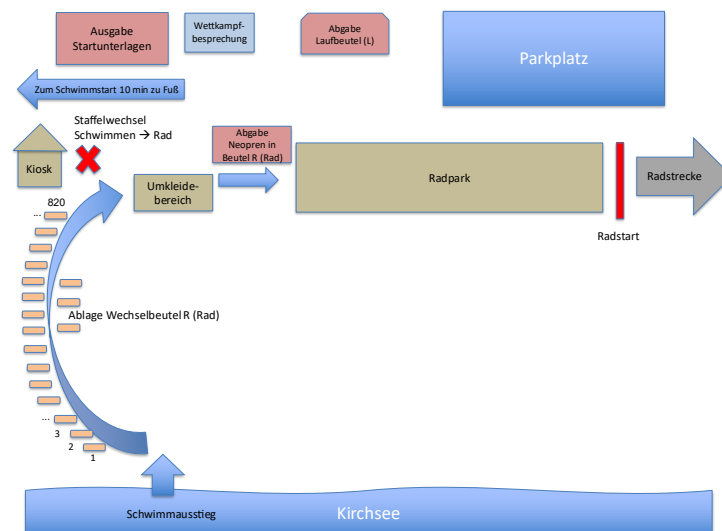
Nachdem Du über die Matte beim Schwimmstart eingecheckt hast, musst Du starten. Nicht-Starten ist dann nur nach aktiver Abmeldung bei einem Offiziellen möglich. (Sonst haben wir eine Registrierung, die dann am Ende nicht mehr aus dem Wasser kommt und dann wird Alarm inklusive Hubschrauberstart ausgelöst.)

Das Tragen der gestellten Badekappen ist Pflicht!

Die Bojen sind rechts zu umschwimmen!



Wechselzone Schwimmen → Rad:



Nach dem Schwimmen nimmst Du die Tüten „**R**“ auf dem Weg zum Umkleidebereich mit. **Der Neoprenanzug ist erst im Wechselbereich auszuziehen.**

Verstau den Neoprenanzug und das Schwimmzeug selber in der Tasche „**R**“ und gib sie am Ausgang des Bereichs ab. Ein Transporter bringt diese Tasche dann ins Tölzer Sportstadion.

Wechsel zum Radfahren:

Das Startnummernblatt gut sichtbar am Rücken platzieren.

„Von der Aufnahme des Rades in der Wechselzone bis zum Abstellen ist ein radsportspezifischer Helm mit geschlossenem Kinnriemen zu tragen“ - § 5.3.2. SpO.

Radfahren:

- Landesliga Süd, Olympische Distanz „Tölzer Triathlon“ und Staffel Olympische Distanz: **39,5 km**
- Volkstriathlon, Jugend A, Staffel Volkstriathlon inkl. Firmenwertung: **24,9 km**

Radstrecke (Rundkurs): Kirchsee – Sachsenkam – Kirchbichl – Hechenberg – Kirchbichl – Ellbach/Abzweigung Rain (in die zweite Runde) – Kirchbichl – Hechenberg – Ellbach – Bad Tölz – Ziel: Sportstadion Bad Tölz.
Bitte beachte den Streckenplan!

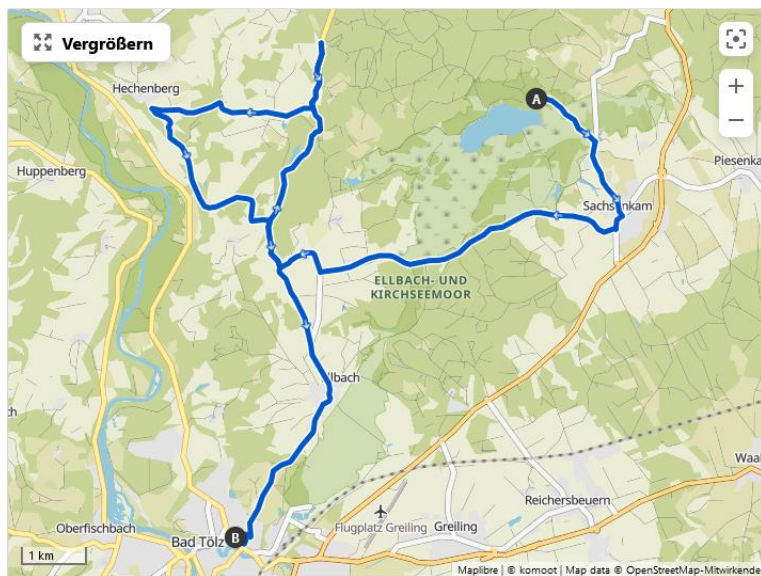
Die Teilnehmer*innen am Radrennen und die Führer von Begleitfahrzeugen haben die Vorschriften der Straßenverkehrsordnung, insbesondere das Rechtsfahrgebot, strengstens zu beachten. Der Veranstalter ist verpflichtet, Rennteilnehmer*innen und Begleitpersonal bei einmalig groben oder mehrmaligen anderen Verstößen gegen die Vorschriften der StVO sowie gegen Anordnungen der Polizei von der weiteren Teilnahme auszuschließen.

Windschattenfahren ist verboten.

Hinweise für Staffel-Schwimmer*innen und -Läufer*innen:

Es gibt eine Parkmöglichkeit am Straßenrand der Stubenbachstraße Richtung Norden Ecke Kirchseestraße Richtung Norden. Sie ist 20 Minuten Gehweg vom Wechsel I entfernt. So könnt Ihr auch bei gesperrter Radstrecke mit Eurem Pkw nach Bad Tölz kommen. Oder Ihr fahrt mit einem geländegängigen Rad vom Kirchsee nach Bad Tölz, vom Wechsel I am Nordufer in Richtung Westen.

Radstrecke Volkstriathlon:

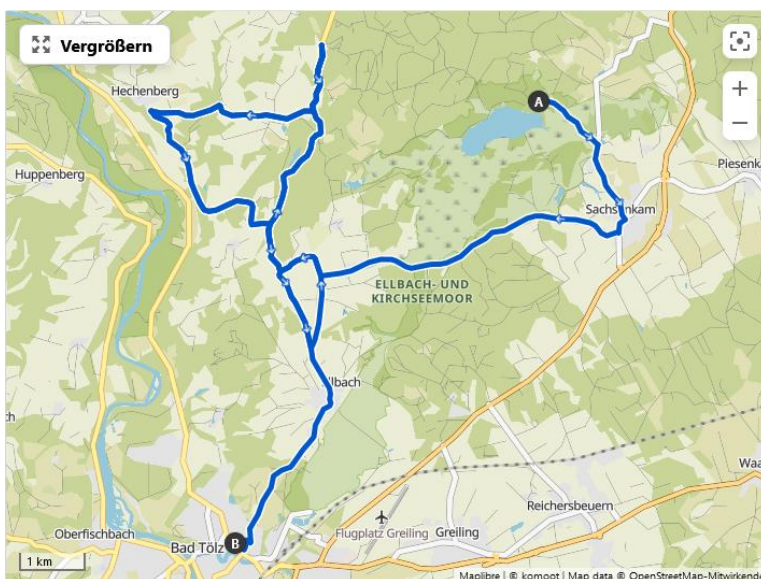


Schau diese Tour an
Radstrecke Tölzer Triathlon
(Volksdistanz)



↔ 24,8 km ↗ 240 m

Radstrecke Olympisch:



Schau diese Tour an
Radstrecke Tölzer Triathlon
(Olympisch)



↔ 39,5 km ↗ 430 m

Wechselzone zum Laufen (in Bad Tölz):

Bei der Einfahrt zur Wechselzone (Hinweistafel) darf nicht mehr überholt werden.

Die Räder müssen eigenhändig im Radpark abgestellt werden.

Achte darauf, den Helm erst nach dem Abstellen des Rades in der Wechselzone zu öffnen. Achtung: Der Verschluss des Radhelms muss bei der Ablage des Helms am Rad offen sein.

Das Startnummernblatt muss nach vorne auf die Brust gezogen werden.

Die Wechselposition jedes Starters (auch Staffel) ist durch einen Aufkleber mit der Startnummer am Gerüst gekennzeichnet.

Die folgenden Angaben sind in Laufrichtung angegeben:

Staffeln: Fahrradbehängung einseitig, nur rechts: 401–428 und 801-820

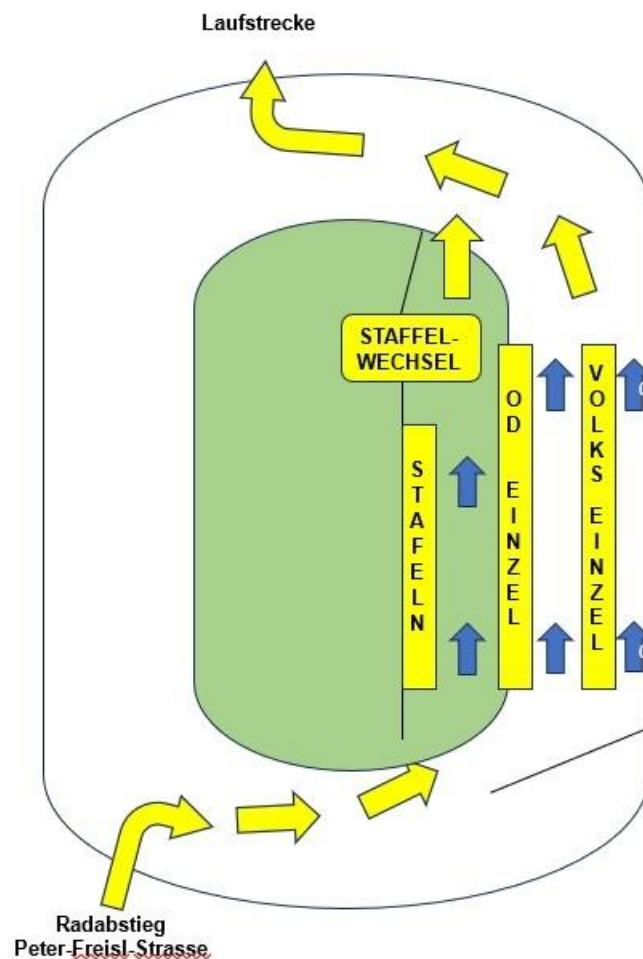
Olympische Distanz: Fahrradbehängung beidseitig, links: 1-209 / rechts: 210–362

Volkstriathlon: Fahrradbehängung beidseitig, links: 501-599 / rechts: 600-723

Einzelstarter*innen wechseln direkt am Gerüst in die Laufklamotten. Hierzu ist der Laufbeutel an der Wechselposition ausgelegt.

Rad-Staffelstarter hängen das Fahrrad an der vorgesehenen Position ein und laufen weiter zu ihrem Lauf-Staffelpartner hinter dem Radpark (Bereich "Staffelwechsel").

Wechselzone Rad → Lauf:



Laufen:

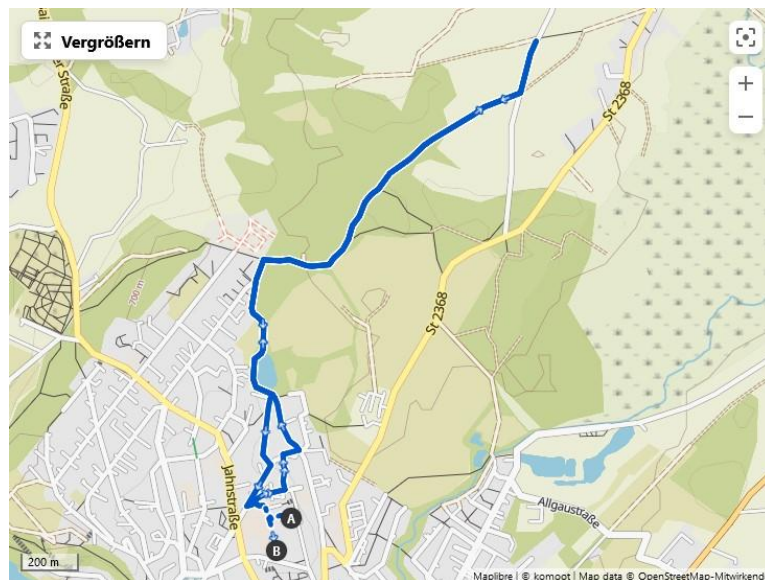
- Landesliga Süd, Olympische Distanz „Tölzer Triathlon“ und Staffel Olympischer Distanz: **9,7 km**
- Volkstriathlon, Jugend A, Staffel Volkstriathlon inkl. Firmenwertung: **5 km**

Laufstrecke (Wendepunktstrecke): Bad Tölz – Ellbach – Bad Tölz

Die Athlet*innen der Olympischen Distanz und der Landesliga legen die Laufstrecke 2 Mal zurück.

Die Laufstrecke verläuft auf befestigten und geteerten Wegen.

Getränke werden nach der Wechselzone und nach ca. 2,5 und 7,5 km gereicht. Bitte beachte, dass Du die Trinkbecher ausschließlich in der *Littering Zone* gleich hinter der Getränkeausgabe wegwerfen darfst!



Schau diese Tour an
WSV Triathlon Strecke
(Sprint, 5 km)



↔ 5,00 km ↗ 60 m

Schau diese Tour an
WSV Triathlon Strecke
(Olympisch 9,7 k)



↔ 9,66 km ↗ 110 m

Ziel:

Das Ziel ist auf dem Sportplatz des Gabriel-von-Seidl-Gymnasiums Bad Tölz. Im Zielraum stehen Getränke und Obst und Kuchen zur Erfrischung für Euch bereit. Der Zielraum darf nur von den Wettkämpfer*innen betreten werden.

Nach dem Wettkampf in Bad Tölz:

Hol Deine **Kleiderbeutel** auf dem Schulhof des Gymnasiums ab.
Die Ausgabe der Beutel erfolgt nur gegen Vorlage der Startnummer.

Abholung der Räder: Ab 11:15 Uhr (wenn alle Teilnehmer*innen diese Wechselzone passiert haben. Bis 13:30 Uhr müssen alle Räder abgeholt werden.
Die Ausgabe des Rades erfolgt nur gegen Vorlage des Zeitnahme-Chips und Vorzeigen der zuvor abgeholten Beutel R und W.

Siegerehrung auf dem Sportplatz des Gymnasiums in Bad Tölz: nach Ablauf der Einspruchsfrist ab ca. **13:00 Uhr**

Für die Teilnehmer*innen besteht in der Turnhalle des Gymnasiums die Möglichkeit, zu duschen. Toiletten sind hier ebenfalls vorhanden.

Vom Ziel kann mit drei **Shuttle-Bussen zurück zum Startplatz am Kirchsee** (ca. 10 km) gefahren werden. Ein Bus fährt **um 12:00**, einer **um 13:15 Uhr** und einer fährt **um 14:30 Uhr** von der Turnhalle des Gymnasiums in der Peter-Freisl-Straße.

Falls Du etwas liegengelassen hast, kontaktiere:

Die Laufwerkstatt – Barbara und Joachim
08041/4407048
Königsdorfer Straße 2, 83646 Bad Tölz
kontakt@dielaufwerkstatt.de
<https://dielaufwerkstatt.de>

Beachte bitte den offiziellen Aushang und die Durchsagen, da sich aus organisatorischen Gründen kurzfristig Änderungen ergeben können!

Parkplätze in Bad Tölz

sind am Tölzer Bahnhof ausreichend vorhanden Von dort sind es nur ca. 10 Minuten Fußweg bzw. 500 m zum Sportplatz am Gymnasium (Wechselzone II Rad/Lauf und Ziel). Deshalb bitten wir Euch, Euer Auto nicht am Sportplatz abzustellen.

Für Zuschauende und Betreuende:

Achtet bitte auf den Wettkampfstrecken darauf, keine Teilnehmer zu behindern oder zu gefährden! Die Rad- und Laufstrecke ist für PKW komplett gesperrt!

Am Kirchsee: Rennstrecke und Rettungsweg

Die Zufahrt ist von ca. 08:50 Uhr bis ca. 10:10 Uhr für Fahrzeuge gesperrt.

Besondere Triathlonatmosphäre könnt Ihr ab 09:50 Uhr im Tölzer Sportstadion an der Peter-Freisl-Straße erleben, wenn die Athlet*innen die Wechselzone II Rad/Lauf stürmen und dann gegen 10:25 Uhr die ersten Läufer*innen ins Ziel kommen.

Geheimtipp für Zuschauer mit geländegängigem Fahrrad:

Seht Euch in Ruhe am Kirchsee den Schwimmstart (ab 08:30 Uhr) oder den Wechsel aufs Rad (von 08:50 Uhr bis 10:00 Uhr) an. Verlasst dann den Kirchsee Richtung Westen über den Koglweiher nach Kirchbichl (ca. 3 km). Bei Kirchbichl könnt Ihr von 09:00 Uhr bis 11:00 Uhr die Radfahrer anfeuern.

Ein besonders sehenswertes Highlight stellt hier der berühmte „Schnaiter Berg“ dar, an dem 80 anstrengende Höhenmeter (12 %) auf die Athleten warten. Dann besteht die Möglichkeit über Schnait und Gut Reut zum Wendepunkt der Laufstrecke (10:00 Uhr bis 11:30 Uhr) zu gelangen (ca. 5 km.).

Unsere Sponsoren sind im Sportstadion mit Informations- und Verkaufsständen vertreten.

Für Euer leibliches Wohl sorgt der WSV Bad Tölz mit Essen und Getränken.

Die Ergebnislisten sind im Internet unter www.TRI-ATH-LON.de abrufbar.

Auch Urkunden können dort selbst ausgedruckt werden.

Haftung:

Jede*r Teilnehmer*in startet auf eigene Gefahr. Der Veranstalter übernimmt für Teilnehmer*innen, Offizielle und Zuschauer*innen keinerlei Haftung bei Unfällen, Diebstählen etc.

Wettkampfordnung: Es gilt die Sportordnung der DTU.

Informationen:

Stefan Ege-Dustmann

orga@wsv-toelz.de

Tel 0049-1523-4070956

www.tri-ath-lon.de

Instagram: [wsv_bad_toelz](https://www.instagram.com/wsv_bad_toelz)

Facebook: <https://www.facebook.com/profile.php?id=100063745740321>