



SEESTADT TRIATHLON VIENNA

3. & 4. Juni 2026

RACE GUIDE

Inhalt

ZEITPLAN	2
STRECKENPLÄNE	5
FUN- / BUSINESS- / STAFFEL - TRIATHLON.....	5
MAKO - OPEN-WATER-SWIMMING	5
INKOSPOR – NACHWUCHSTRIATHLON Streckenpläne & Info	6
MORMAN SPRINT- TRIATHLON ÖSTM & Open Race	8
WECHSELZONE	9
EVENTGELÄNDE	10
Anreise & Parkplätze.....	11
WETTKAMPFREGELN (Auszug).....	12
Schwimmen.....	12
Wechselzone	12
Radstrecke.....	13
Laufstrecke.....	13
Zeitnehmung	13

ZEITPLAN

MITTWOCH, 03.06.2026

FUN- / BUSINESS- / STAFFEL - TRIATHLON 150 m / 5 km / 2 km

Uhrzeit	Titel	Ort
Mittwoch 15:00-16:00	Startnummernabholung / Nachnennung	Rennbüro
Mittwoch 16:00-16:45	Check In	Wechselzone
Mittwoch 16:45	Rennbesprechung (verpflichtend)	Vorstartbereich
Mittwoch 17:00	Start	Schwimmstartbereich
Mittwoch 17:45-19:00	Check Out	Wechselzone
Mittwoch 18:45	Siegerehrung	Eventgelände

MAKO – OPEN-WATER-SWIMMING 750 m / 1.500 m / 3.800 m

Uhrzeit	Titel	Ort
Mittwoch 16:00-17:30	Startnummernabholung / Nachnennung	Rennbüro
Mittwoch 17:45	Rennbesprechung (verpflichtend)	Vorstartbereich
Mittwoch 18:00/18:04/18:08	Start 750m, 1500m, 3800m	Schwimmstartbereich
Mittwoch 19:30	Siegerehrung aller Open Water Bewerbe	Eventgelände

DONNERSTAG, 04.06.2026

Zeitplan für alle Bewerbe

Uhrzeit	Titel	Ort
Donnerstag ab 6:30	Startnummernabholung	Rennbüro
Donnerstag 13:00	Siegerehrung aller Nachwuchsbewerbe	Eventgelände
Donnerstag 17:45	Siegerehrung Sprint-Bewerbe	Eventgelände

INKOSPOR – NACHWUCHSTRIATHLON

Schüler A / Jugend 500 m / 13,3 km / 3,3 km

Uhrzeit	Titel	Ort
Donnerstag 07:45-08:15	Check In Schüler A / Jugend	WZ 1, RH 3-4
Donnerstag 08:20	Rennbesprechung Schüler A / Jugend	Vorstartbereich
Donnerstag 08:45	Start Schüler A / Jugend männlich	Schwimmstartbereich
Donnerstag 09:00	Start Schüler A / Jugend weiblich	Schwimmstartbereich
Donnerstag 10:00-10:30	Check Out Schüler A / Jugend	WZ 2

Schüler B 300 m / 8 km / 2 km

Uhrzeit	Titel	Ort
Donnerstag 08:15-08:45	Check In Schüler B	WZ 1, RH 5-6
Donnerstag 09:50	Rennbesprechung Schüler B	Vorstartbereich
Donnerstag 10:10 / 10:20	Start Schüler B männlich / weiblich	Schwimmstartbereich
Donnerstag 11:10-11:40	Check Out Schüler B	WZ 1

Schüler C 200 m / 6 km / 1,5 km

Uhrzeit	Titel	Ort
Donnerstag 10:00-10:30	Check In Schüler C	WZ 2, RH 1-2
Donnerstag 10:40	Rennbesprechung Schüler C	Vorstartbereich
Donnerstag 11:00 / 11:10	Start Schüler C männlich / weiblich	Schwimmstartbereich
Donnerstag 11:45-12:15	Check Out Schüler C	WZ 2

Schüler D 50 m / 2 km / 500 m

Uhrzeit	Titel	Ort
Donnerstag 10:40-11:00	Check In Schüler D	WZ 1, RH 7
Donnerstag 11:25	Rennbesprechung Schüler D	Vorstartbereich
Donnerstag 11:45 / 11:50	Start Schüler D männlich / weiblich	Schwimmstartbereich
Donnerstag 12:25-12:40	Check Out Schüler D	WZ 1

Schüler E 25 m / 1 km / 250 m

Uhrzeit	Titel	Ort
Donnerstag 10:40-11:00	Check In Schüler E	WZ 1, RH 7
Donnerstag 11:50	Rennbesprechung Schüler E	Vorstartbereich
Donnerstag 12:05 / 12:10	Start Schüler E männlich / weiblich	Schwimmstartbereich
Donnerstag 12:25-12:40	Check Out Schüler E	WZ 1

MORMAN SPRINT-TRIATHLON

Zeitplan für alle Sprint-Bewerbe

Uhrzeit	Titel	Ort
Mittwoch 16:00-19:00	Startnummernabholung	Rennbüro
Donnerstag ab 6:30	Startnummernabholung	Rennbüro
Donnerstag 12:00-13:00	Radstreckenbesichtigung äußerer Teil (innerer Teil bis 12.30 Uhr gesperrt)	ab Kreuzung Ilse-Arlt- Straße/Sonnenallee
Donnerstag 12:30-13:00	Radstreckenbesichtigung gesamt möglich	
Donnerstag 17:45	Flower-Zeremonie ÖSTM	Eventgelände
Donnerstag 17:45	Siegerehrung ÖM & Open Race	Eventgelände
Donnerstag 18:50	Siegerehrung ÖSTM – Austrian Finals	1010 Wien, Rathausplatz

Sprint Herren Block A (ÖSTM) 750 m / 19 km / 5 km

Uhrzeit	Titel	Ort
Donnerstag 12:20-13:15	Check In Herren Block A	WZ 2, RH 4+5
Donnerstag 13:15	Rennbesprechung Herren Block A	Vorstartbereich
Donnerstag 13:45	Start Herren Block A	Schwimmstartbereich
Donnerstag 16:25-16:45	Check Out (Quick) Herren Block A	WZ 2
Donnerstag 17:45-18:45	Late Check Out	WZ 1

Sprint Damen (ÖSTM und Open Race) 750 m / 19 km / 5 km

Uhrzeit	Titel	Ort
Donnerstag 12:45-13:30	Check In Damen	WZ 2, RH 1+2+3
Donnerstag 14:30	Rennbesprechung Damen	Vorstartbereich
Donnerstag 15:00	Start Damen	Schwimmstartbereich
Donnerstag 17:45-18:45	Check Out Damen	WZ 1

Sprint Herren Block B (Open Race) 750 m / 19 km / 5 km

Uhrzeit	Titel	Ort
Donnerstag 13:15-13:40	Check In Herren Block B	WZ 2, RH 6+7
Donnerstag 15:05-15:30	Check In (Late) Herren Block B	WZ 1, RH 6+7
Donnerstag 15:45	Rennbesprechung Herren Block B	Vorstartbereich
Donnerstag 16:15	Start Herren Block B	Schwimmstartbereich
Donnerstag 17:45-18:45	Check Out Herren Block B	WZ 1

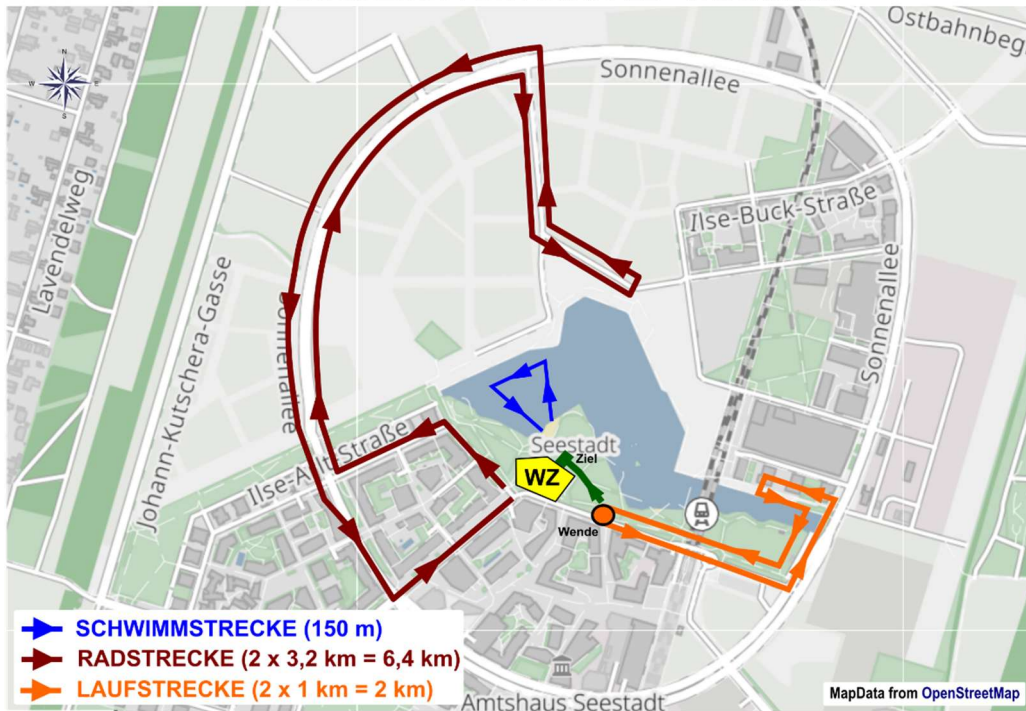
STRECKENPLÄNE

Gestartet wird vom Ufer.

Wir bitten alle Teilnehmer:Innen, sich eine halbe Stunde vor dem jeweiligen Start im Vorstartbereich neben dem Ufer einzufinden. Dort findet die verpflichtende Rennbesprechung statt! Bitte beachtet die Regeln im Eventgelände ab Seite 9 und die Wettkampfgeln ab Seite 12.

FUN- / BUSINESS- / STAFFEL - TRIATHLON

BUSINESS / FUN / STAFFEL - TRIATHLON



Die Teilnehmer:Innen schwimmen einen 150m Kurs. Aus der Wechselzone geht es auf einen Rundkurs. Dieser besteht aus 2 Runden. Danach geht es über den Einfahrtskanal wieder zurück in die Wechselzone. Die markierte Laufstrecke besteht aus 2 Runden. Für das Zählen der Runden ist jeder selbst verantwortlich. Während dem Rennen gelten die ÖTRV-Wettkampfgeln! Einen Auszug findet ihr auf Seite 12.

MAKO - OPEN-WATER-SWIMMING



Eine Runde ist 750 m lang. Je nach Bewerb sind 1, 2 oder 5 Runden zu absolvieren. Der Zeitnehmungschip ist am Fußgelenk zu tragen. Die Zeitmessung erfolgt beim Überqueren der Zeitmessmatte direkt beim Schwimmausstieg.

INKOSPOR – NACHWUCHSTRIATHLON Streckenpläne & Info

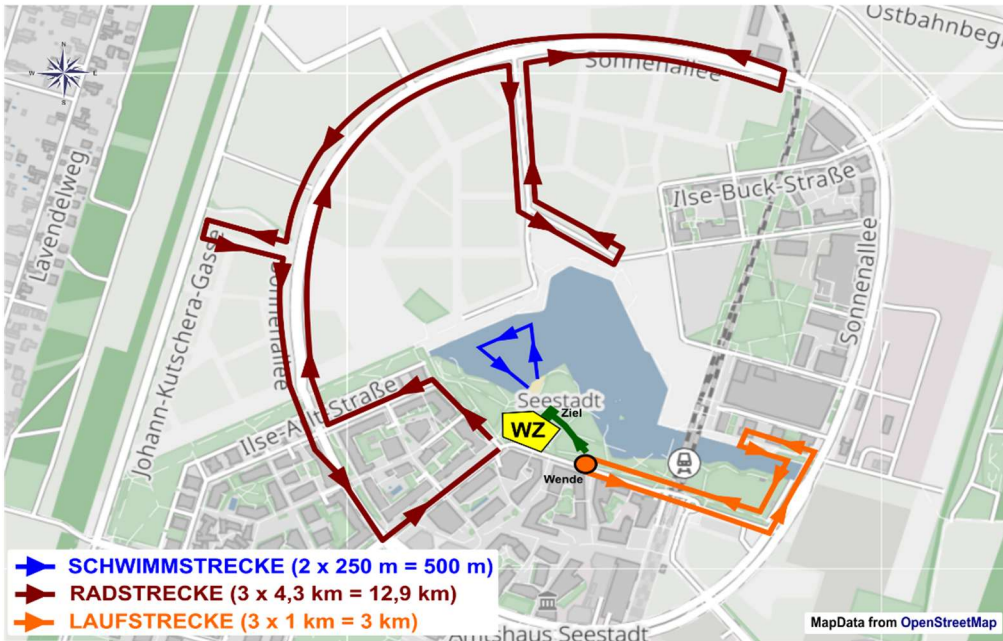
Der Start erfolgt vom Ufer.

Alle Teilnehmer:Innen werden gebeten, sich spätestens 30 Minuten vor ihrem Start im Vorstartbereich neben dem Ufer einzufinden. Dort findet die verpflichtende Rennbesprechung statt.

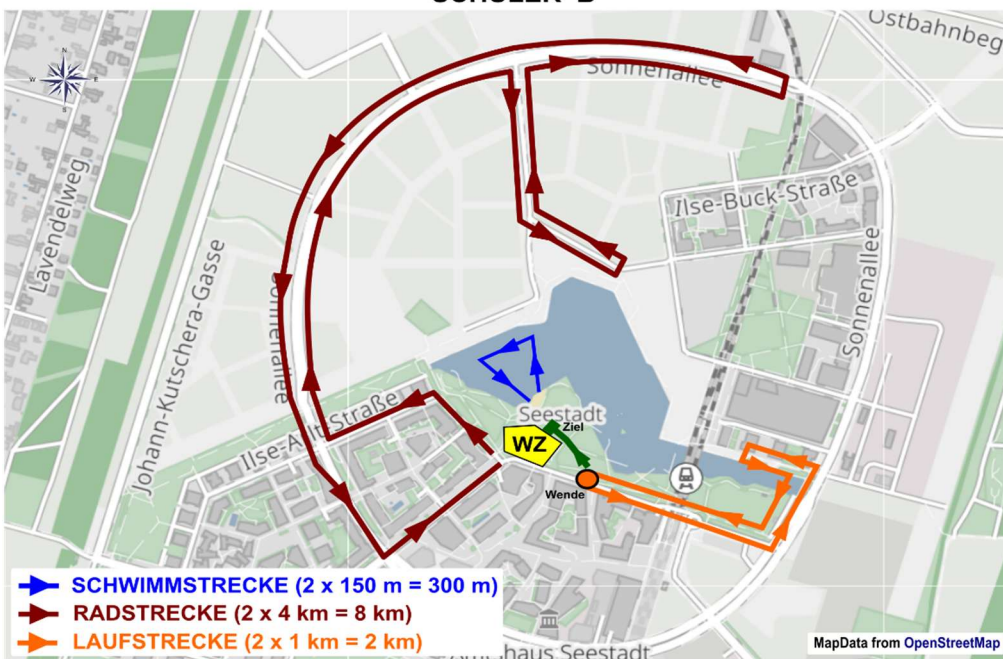
Bitte beachtet die Regeln im Eventgelände (ab Seite 9) sowie die Wettkampfregele des ÖTRV. Diese gelten während des gesamten Rennens.

Für das Zählen der Runden sind die Teilnehmer:Innen selbst verantwortlich.

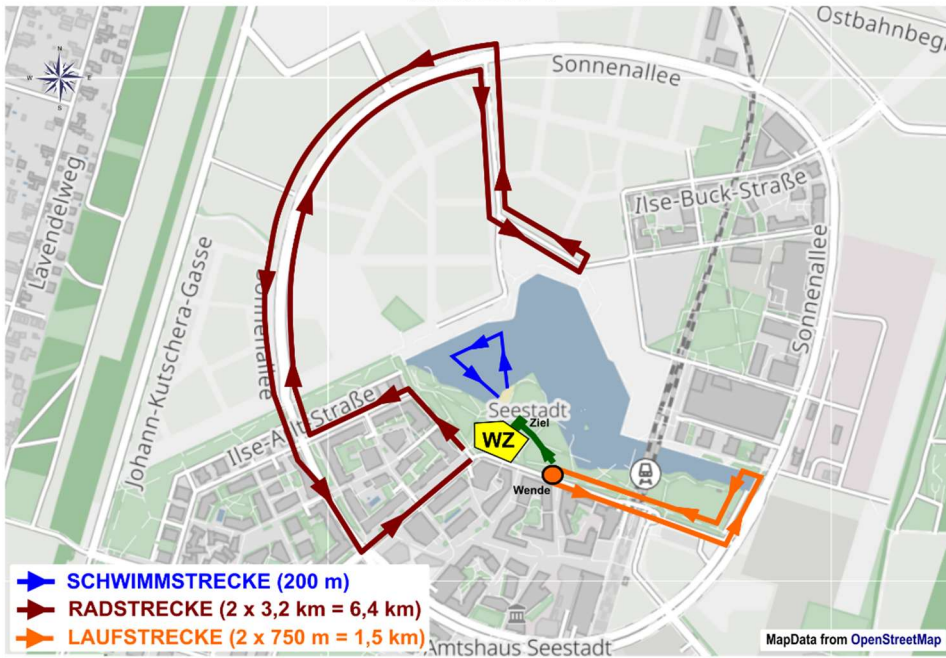
JUGEND + SCHÜLER A



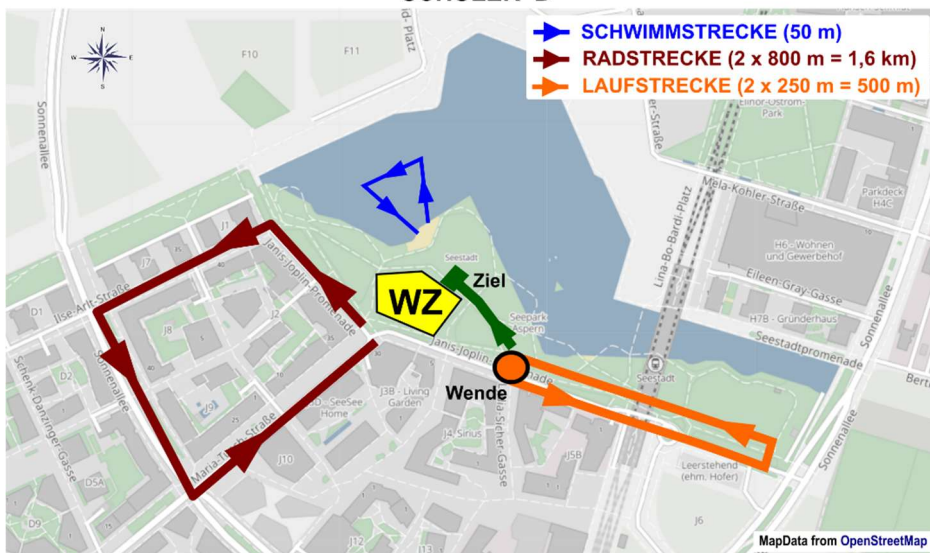
SCHÜLER B



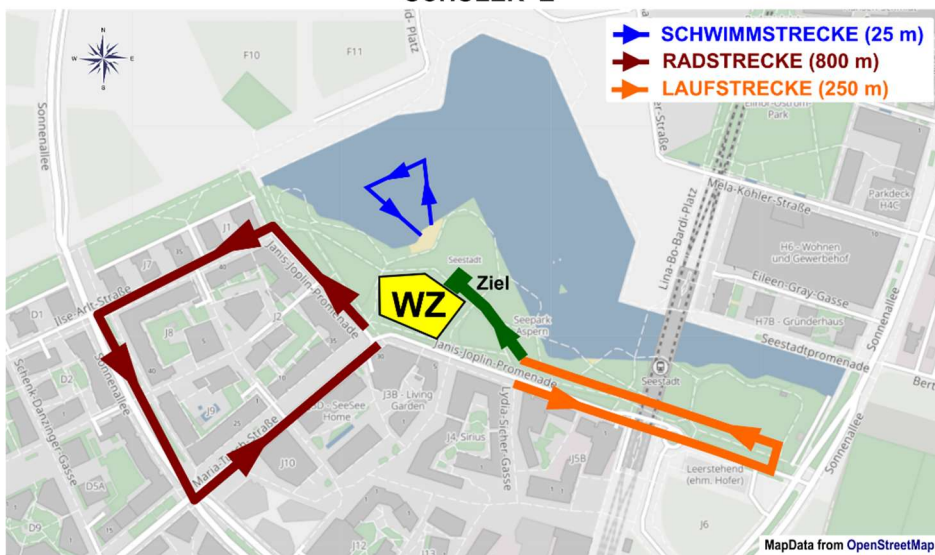
SCHÜLER C



SCHÜLER D



SCHÜLER E

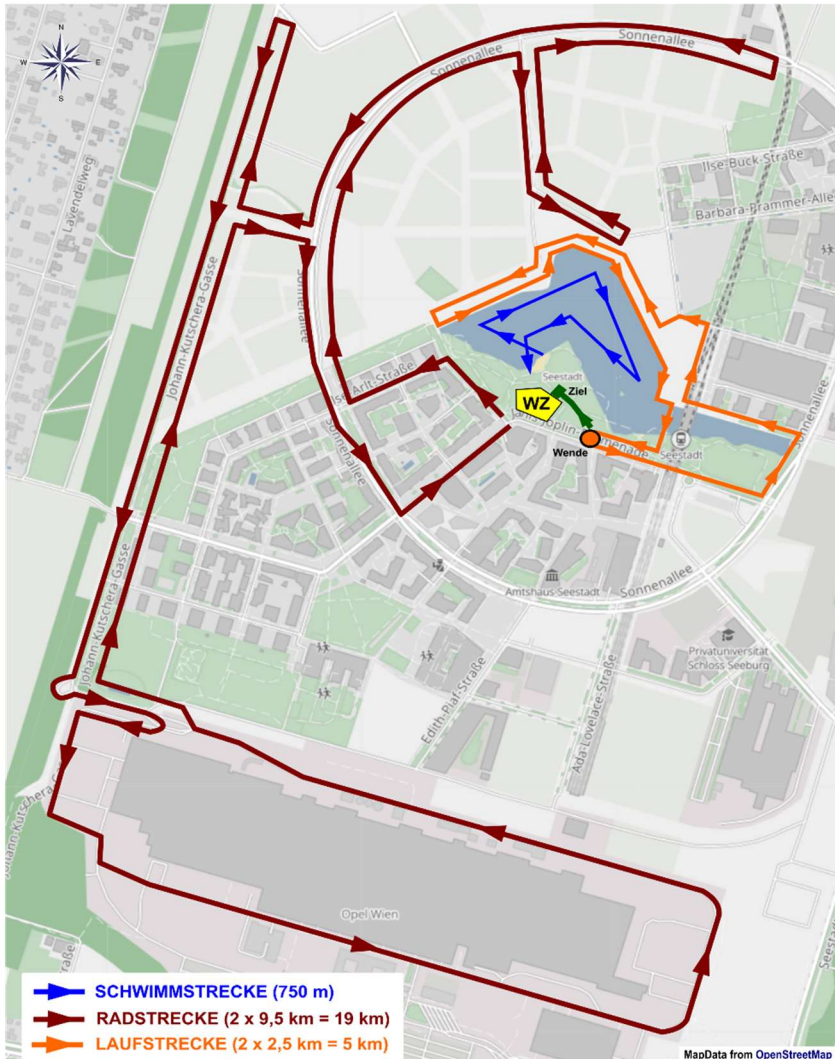


Elternbegleitung:

Die Kinder absolvieren den Triathlon selbstständig. Entlang der Strecke befinden sich ausreichend Helfer:Innen, die bei Bedarf unterstützen. Eine Begleitung durch ein Elternteil ist ausschließlich beim Check-in und Check-out erlaubt.

MORMAN SPRINT- TRIATHLON ÖSTM & Open Race

SPRINTDISTANZ / ÖSTERREICHISCHE STAATSMEISTERSCHAFTEN



Der Start erfolgt vom Ufer.

Alle Teilnehmer:Innen werden gebeten, sich spätestens 30 Minuten vor ihrem Start im Vorstartbereich neben dem Ufer einzufinden. Dort findet die verpflichtende Rennbesprechung statt.

Die Teilnehmer:Innen schwimmen einen 750m Kurs.
Aus der Wechselzone geht es auf einen flachen 9,5km- Rundkurs, welcher zweimal zu absolvieren ist.

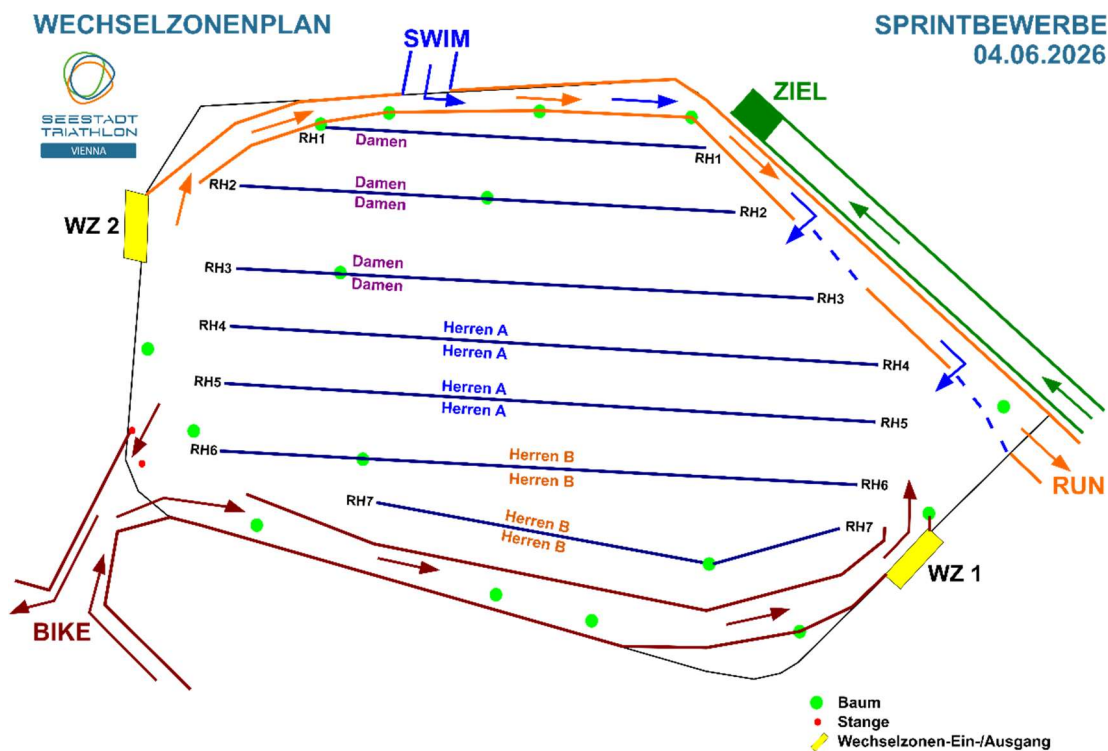
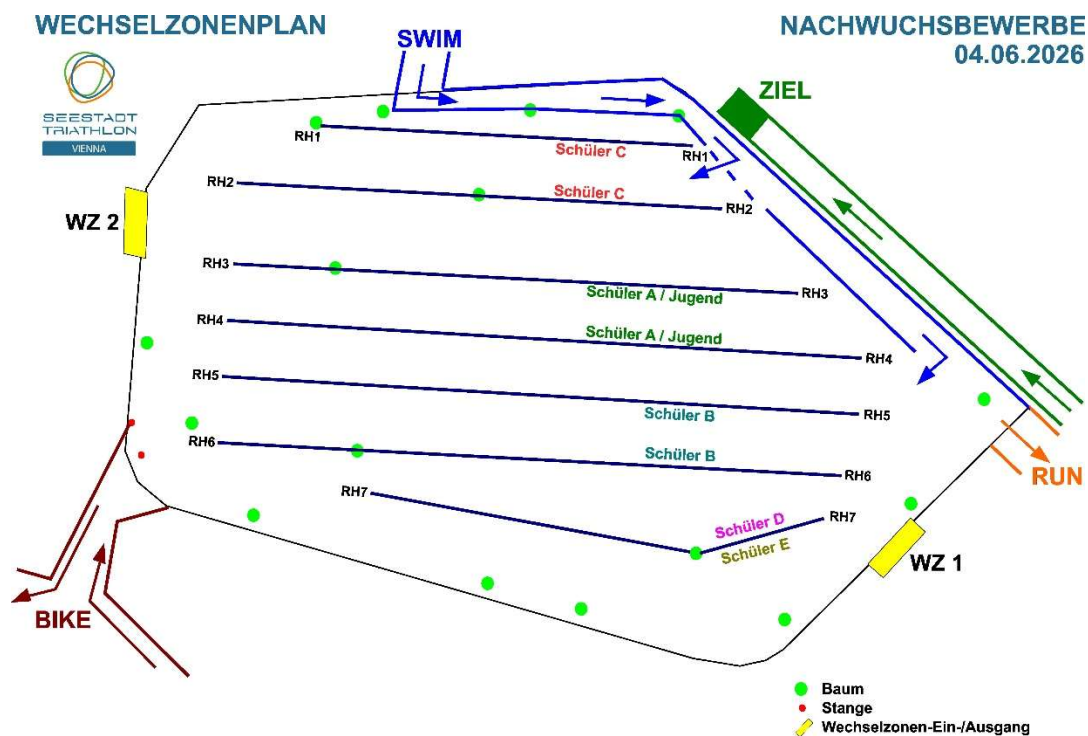
Die markierte Laufstrecke besteht aus zwei Runden.

Bitte beachtet die Regeln im Eventgelände (ab Seite 9) sowie die Wettkampffregeln des ÖTRV. Diese gelten während des gesamten Rennens.

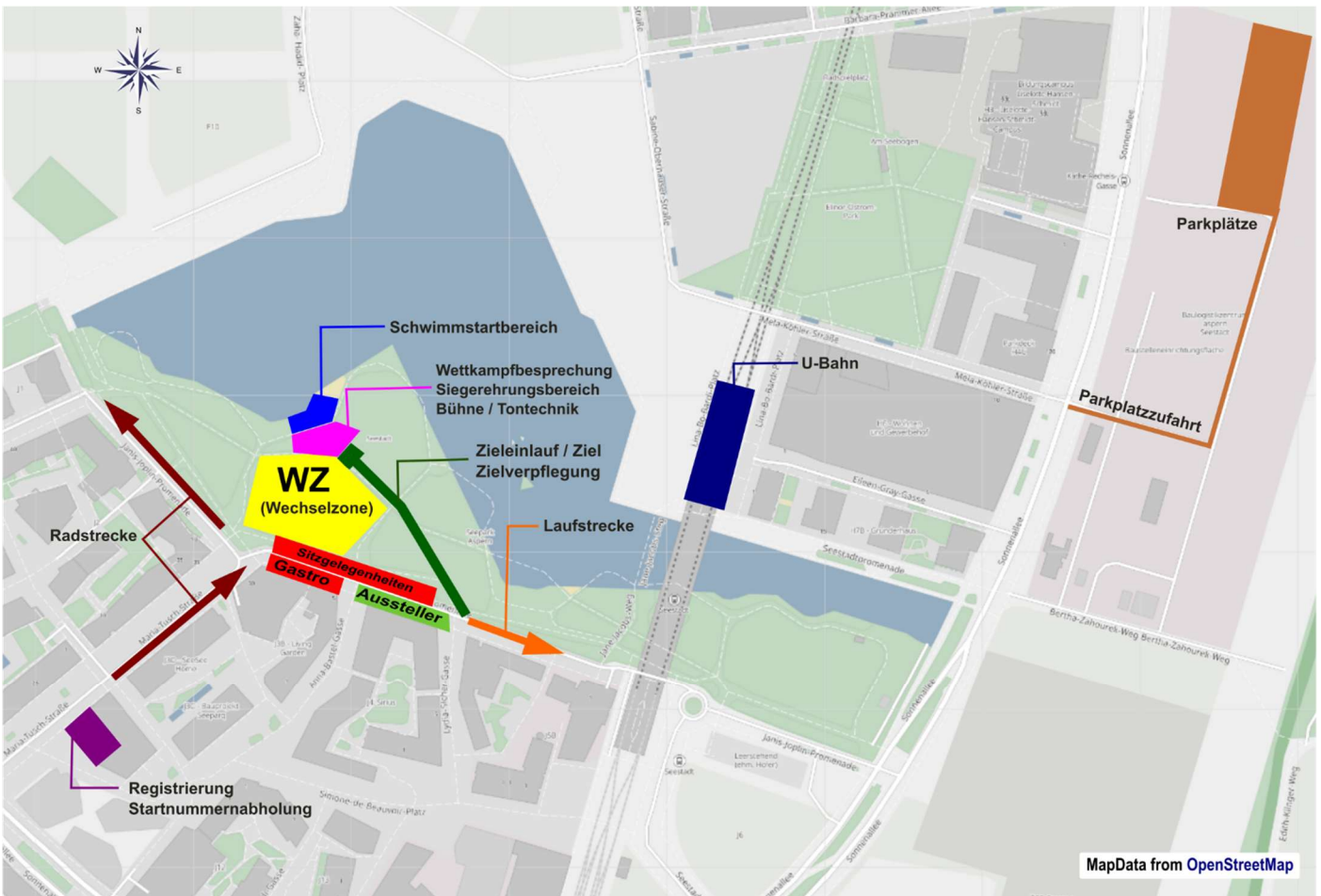
Für das Zählen der Runden sind die Teilnehmer: Innen selbst verantwortlich.

WECHSELZONE

Bitte beachtet die im Zeitplan ausgeschriebenen Check-In-/Check-Out-Zeiten für die jeweiligen Altersklassen sowie den dafür vorgesehenen Ein- bzw. Ausgang (WZ1 bzw. WZ2).



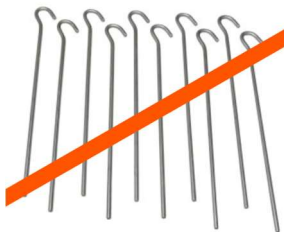
EVENTGELÄNDE



Wir befinden uns im Stadtgebiet und haben die Regeln der Stadt zu befolgen.

Gekennzeichnete rote Zonen entlang dem Ufer dürfen nicht betreten werden. Urinieren und Defäkieren in oder entlang den **Ufer-Zonen** bzw. außerhalb der Toiletten ist strengstens verboten!

! Das Einschlagen von Zeltheringen, Beachflag- Spießen oder sonstigen Erdspießen ist strengstens verboten ! (Bewässerungsanlage!)



Schütze die Umwelt und hinterlasse keinen Müll.

Wir bitten euch Plastik, Papier und Restmüll in vorgesehene Behälter/Säcke zu entsorgen.

Vielen Dank für deine Mithilfe, wir möchten auch 2027 ein cooles Event in der Seestadt veranstalten dürfen!



Anreise & Parkplätze

Das Eventgelände ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln sehr gut erreichbar.

Wenn möglich, bitten wir Zuschauer:Innen und Angehörige mit den öffentlichen Verkehrsmitteln anzureisen.

Die U2 fährt am Feiertag im 10, bis 15-Minuten-Takt zum Veranstaltungsort. Von der U-Bahnlinie U2 zum Eventgelände sind es etwa 200m zu Fuß.

Für unsere Teilnehmer:Innen haben wir am Mittwoch & Donnerstag einen Parkplatz reserviert. Dieser ist etwa 500m vom Eventgelände entfernt. Zufahrt über Sonnenallee (Höhe Mela-Köhler-Straße).



WETTKAMPFREGELN (Auszug)

Während dem Rennen gelten die ÖTRV-Wettkampfbregeln. Diese findet ihr ausführlich auf der ÖTRV Webseite unter: <https://www.triathlon-austria.at>
Denkt daran, dass die Wettkampfbesprechung vor dem jeweiligen Start, für alle Starter:Innen verpflichtend ist!
Wir stellen euch hier die wichtigsten Regeln vor:



Schwimmen

Sollte jemand beim Schwimmen aus dem Bewerb (Unwohlsein, Verletzung, gesundheitliche Gründe) aussteigen, meldet euch dringend beim nächsten Technical Official (TO) ab, damit wir euch nicht im See suchen! Das Abkürzen der Schwimmstrecke führt zur Disqualifikation.

Open Water Swimming: Der Timing Chip ist am Fußgelenk zu tragen. Die Verwendung von Kälteschutzanzügen obliegt den Teilnehmer:Innen. Ebenso ist die Verwendung von Safety Buoys erlaubt.
Hilfsmittel wie Flossen, Pullbuoy, Paddels, Schnorchel o.ä. sind nicht erlaubt.

Beim Triathlon wird der Timing Chip am Fußgelenk befestigt.

Bei kalten Wasser-/ und oder Lufttemperaturen wird das Schwimmen in den Altersklassen B, C, D und E entweder gekürzt oder gegen Laufen ersetzt.

Das Tragen von Kälteschutzanzügen (Neopren) ist erst ab der Altersklasse Schüler A (Jg. 2012 und älter) erlaubt. Die Erlaubnis/ Das Verbot oder Gebot zur Benutzung von Kälteschutzanzügen ist aus der Sportordnung zu entnehmen und wird eine Stunde vor dem Start bekanntgegeben. Aufgrund der ÖSTM gelten in der getrennten Herren Startwelle eine andere Temperaturgrenze für Neoprenverbot als in der offenen Herren Startwelle sowie der Damen Startwelle.

Nachhaltigkeit ist ein wichtiges Thema unserer Zeit.

Daher haben wir uns dazu entschieden, dass beim Funtriathlon, Sprinttriathlon und Open Water, eigene Badehauben benutzt werden dürfen.

Es ist verpflichtend, eine Badehaube zu tragen. Wer keine hat, bekommt von uns eine Badehaube zur Verfügung gestellt.

ACHTUNG!

Bei den Nachwuchsklassen (ab Schüler E) gibt es verpflichtende ÖTRV Badehauben: rosa für Mädchen/ Damen, bzw. grün für Buben/ Jungs. Athlet:Innen, die bereits diese Badehaube beim 1. ÖTRV Nachwuchscup (Swim & Run Südstadt) erhalten haben, sind **verpflichtet diese wiederzuverwenden**. Die Goldenen Badehauben für den Cupführenden/ die Cupführende der Altersklasse werden bei der Startunterlagenausgabe ausgehändigt.

Hilfsmittel wie Flossen, Pullbuoy, Paddels, Schnorchel o.ä. sind nicht erlaubt.

Schuhe bzw. Socken dürfen beim Schwimmen nicht getragen werden, es sei denn ein Kälteschutzanzug ist verpflichtend zu verwenden. Dann sind Neoprensocken erlaubt.

Bitte beachtet den Zeitplan (laufende Bewerbe) für etwaiges Einschwimmen.



Wechselzone

Die Wechselzone darf ausschließlich von akkreditierten Teilnehmer:Innen betreten werden.

In der Schülerklasse E und D darf ein Elternteil pro Kind ausschließlich beim Check In/Check Out in die Wechselzone.

Bitte beachtet den Zeitplan für die vorgesehenen Check In/ Check Out Zeiten sowie die vorgesehenen Wechselzonengates (Wechselzoneneingang 1 & 2).

Die Wechselplätze sind mit eurer Startnummer gekennzeichnet. Jedem Teilnehmer:In steht eine Kiste am Wechselplatz zur Verfügung. Alle benötigten Utensilien müssen entweder in der Kiste verstaut oder am Fahrrad angebracht sein.

Bevor das Fahrrad von der Stange genommen wird, muss der Helmriemen geschlossen sein.

Das Radfahren in der Wechselzone ist verboten. Der Helmriemen darf erst dann wieder geöffnet werden, wenn das Fahrrad auf seinem Stellplatz abgestellt wurde.

Littering (das Wegwerfen von Gegenständen bzw. Mist), Urinieren oder das Markieren vom Wechsellplatz ist in der Wechselzone verboten! Zum Umziehen sind die gekennzeichneten Wechselzelte zu verwenden.

Radstrecke

Das Radfahren ohne Helm ist nicht erlaubt. Bei Windschattenfreigabe ist ein aerodynamischer Helm, welcher die Ohren bedeckt, verboten. Ebenso ist die Verwendung eines Vollvisiers verboten. Die Ohren müssen frei sein von einer akustischen Abschirmung.

Bevor das Rad vom Wechsellplatz genommen wird, muss der Helmriemen geschlossen sein. Der Helmriemen darf erst dann wieder geöffnet werden, wenn das Fahrrad auf seinem Stellplatz abgestellt wurde.

Der Oberkörper muss während dem Radfahren bedeckt sein!

Barfußfahren ist nicht erlaubt. Die im Starterpaket enthaltenen Aufkleber müssen am Fahrrad und am Helm aufgeklebt sein. Die Startnummer während dem Funtriathlon ist diese während dem Radfahren hinten (am Rücken) zu tragen.

Der Aufstieg aufs Rad darf erst nach der Mountline erfolgen.

Auf der gesamten Radstrecke gilt Rechtsfahrgebot!

Wer blockiert und nicht überholen lässt, hat mit einer Zeitstrafe zu rechnen.

Das Überfahren der gekennzeichneten Mittellinie führt zur Disqualifikation!

Es gilt Windschattenerlaubnis, die Verwendung von Zeitfahräder (Aerolenker) und Auflieger ist nicht erlaubt!

Radpositionen, mit gebeugtem Oberkörper wobei die Unterarme am Lenker aufgelegt werden (ähnlich einer Auflieger Position) sind aus Sicherheitsgründen verboten – siehe ÖTRV-Sportordnung. Derartige Regelverstöße können bis zur Disqualifikation führen.

Achtet auf die Kurven, Wenden und den Einfahrtkanal nach und vor der Wechselzone und auf das Rechtsfahrgebot! Fahrt rücksichtsvoll und fair. Lasst schnellere Athlet:Innen überholen. ...

Windschattenfahren ist nur gleichgeschlechtlich erlaubt. Die Verwendung von Kopfhörern ist nicht erlaubt.

Das Wegwerfen von Flaschen, Gels-Verpackungen oder anderen Gegenständen ist während dem gesamten Radfahren verboten!

Der Abstieg vom Rad (Richtung Wechselzone) hat vor der Mountline zu erfolgen!

Für die Zählung der Runden ist jeder selbst verantwortlich. Daraus entstehende Abkürzung führt zur Disqualifikation. Das Abkürzen der Strecke (bei Wendepunkten) führt ebenso zur Disqualifikation.

Laufstrecke

Es gibt eine Labstelle pro Runde. Littering ist ausschließlich in der gekennzeichneten Zone (bei der Labstelle) erlaubt.

Die Startnummer ist beim Fun/Business Triathlon während dem Lauf vorne zu tragen.

Die Verwendung von Kopfhörern ist auch beim Laufen nicht erlaubt.

Hilfeannahme, Mitlaufen (pacing) oder Coaching von außen ist nicht erlaubt.

Der Oberkörper muss während dem Laufen bedeckt sein! Ein vorhandener Frontzip muss zu jeder Zeit zumindest am unteren Ende geschlossen sein. Auf den letzten 100m vor dem Ziel und bei der Zielüberquerung muss ein vorhandener Frontzip vollständig geschlossen sein. Barfußlaufen ist nicht erlaubt!

Für die Zählung der Runden ist jeder selbst verantwortlich. Daraus entstehende Abkürzung führt zur Disqualifikation. Abkürzen der Strecke (bei Wendepunkten) führt ebenso zur Disqualifikation.

Zeitnehmung

Bei allen Bewerben ist der Zeitnehmungschip auf dem Fußgelenk zu tragen. Ohne Chip keine Zeitnehmung.

Im Falle eines Chipverlustes während dem Rennen ist der nächste Technical Officer zu informieren.

Wir wünschen euch viel Erfolg und ein gutes Gelingen!!!

Euer Seestadt Triathlon Team

