

A close-up photograph of a male triathlete wearing a red swim cap and black goggles, with his hands raised to his forehead. He is wearing a black wetsuit with "CAMARO" and "Skin" visible. The background shows other athletes and spectators at a triathlon event.

ATHLETE GUIDE

ALOHA TRI TRAUN 2026

HERZLICH WILLKOMMEN



LIEBE TEILNEHMERINNEN UND TEILNEHMER!

Wir möchten diese Gelegenheit nutzen, um uns für deine Teilnahme am ALOHA TRI Traun 2026 zu bedanken. Wir können es kaum erwarten, dich an der Startlinie zu sehen.

Als unsere geschätzten Athleten kommen viele von euch Jahr für Jahr wieder und kennen unseren Event sehr gut. Dafür können wir euch nicht genug danken. Möglicherweise hast du viele Fragen zum Ablauf des Tages, und wir sind uns sicher, dass unser Athlete Guide dir alle diese Fragen beantwortet. Die Gewährleistung der Sicherheit aller Teilnehmer ist von größter Bedeutung.

Wir hoffen, dass du eine großartige Zeit hast und den Tag so genießen kannst, dass du nächstes Jahr wiederkommst.

Nochmals ein großes Dankeschön für deine anhaltende Unterstützung. Wir sehen uns am Renntag!

KONTAKT & INFORMATIONEN



Sollten doch Fragen offenbleiben, erreichst du uns jederzeit unter anmeldung@alohasport.at. Du kannst uns auch gerne anrufen: +436604222339. Eine kleine Bitte vorab: Lies zuerst gründlich, die meisten Antworten findest du bereits auf unserer Homepage, in den FAQs oder im Athlete Guide!

Wir drücken dir die Daumen für erfolgreiche Wettkämpfe und wünschen dir eine wunderschöne Zeit hier in Traun!

Mahalo

Marisa, Stefan, Felix & Moritz

VORBEREITUNG



Wichtige Informationen für die Startnummernabholung

Um die Abholung deiner Startnummer so schnell wie möglich zu gestalten, bring bitte das E-Mail mit deinem **persönlichen QR-Code** mit. Du kannst es entweder ausdrucken oder auf deinem Handy vorzeigen. Du erhältst dieses E-Mail im Laufe der Rennwoche.

Wenn du eine **nationale Triathlon-Jahreslizenz** besitzt, halte bitte deinen Ausweis (App) bereit, um diese zu bestätigen. Die Bezahlung einer **Tageslizenz** ist **nur bar** möglich.

Wettkampf-Reglement und Besprechung

Wir bitten dich, dir kurz Zeit zu nehmen und das **Reglement** (<https://alohasport.at/event/aloha-tri-traun/regelwerk/>) durchzulesen. Die Teilnahmebedingungen (<https://alohasport.at/event/aloha-tri-traun/ausschreibung>) musst du nicht ausdrucken oder unterschreiben. Mit deiner Anmeldung hast du unser Regelwerk, die Teilnahmebedingungen und die Datenschutzgrundverordnung bereits akzeptiert.

Die **Wettkampfbesprechung** ist für alle Teilnehmenden verpflichtend. Sie findet direkt vor dem Start im Startbereich statt. Bitte sei pünktlich.

VORBEREITUNG



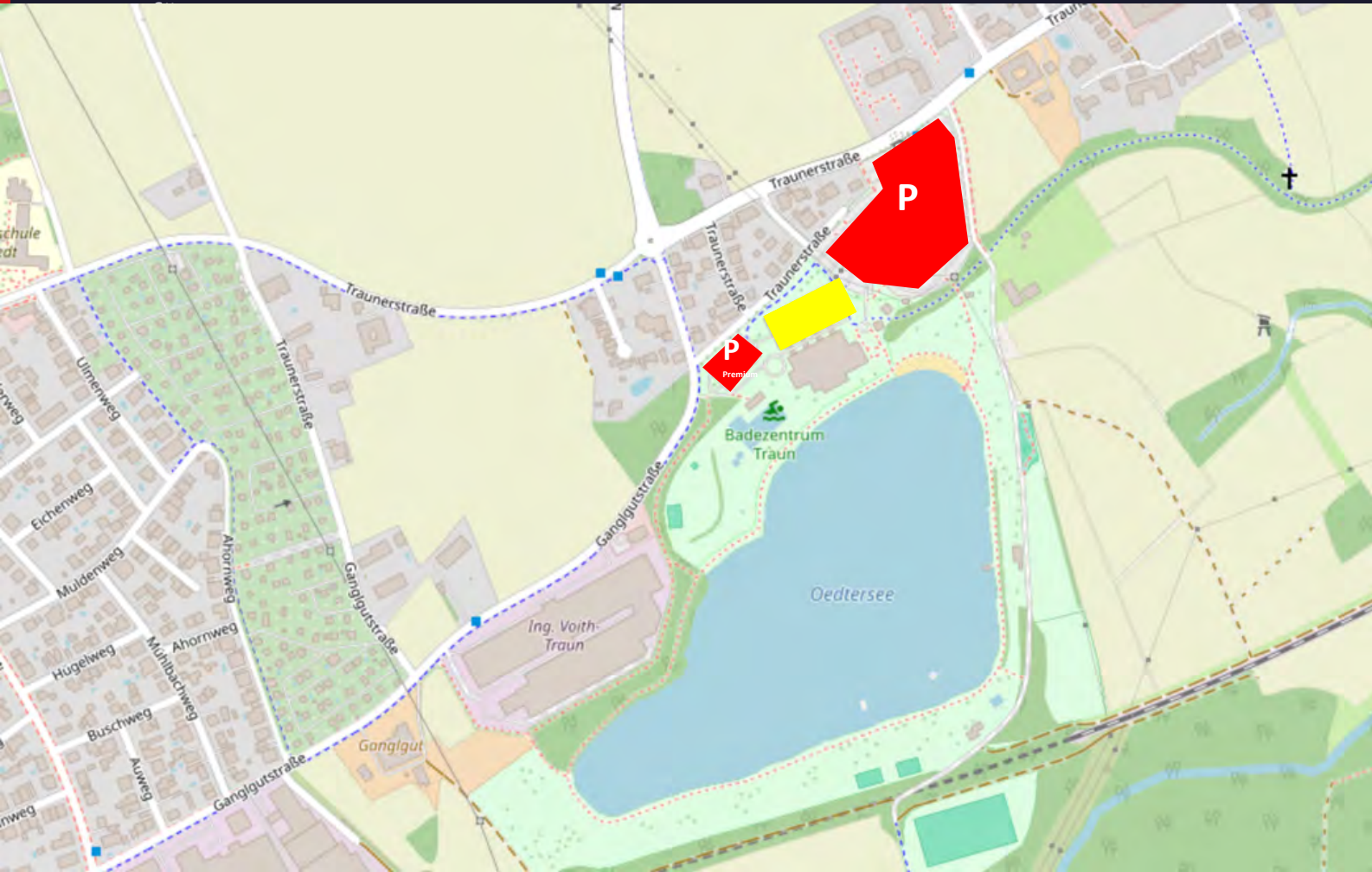
Abmeldungen, Änderungen und Nachmeldungen

Abmeldungen und **Übertragungen** von Startplätzen sind leider nicht mehr möglich. Falls du eine Start- oder Nenngeldversicherung abgeschlossen hast, wende dich bitte direkt an den Versicherer. Die benötigten Formulare findest du in deiner Auftragsbestätigung.

Wettkampf- oder Bewerbsänderungen sowie **Nachmeldungen** kannst du gegen eine Gebühr vor Ort im Event-Büro erledigen.

ANREISE & PARKEN

Beachte bitte Halte- und Parkverbote. Es stehen ausreichend Parkplätze zur



STARTNUMMERN- ABHOLUNG

Die Startnummern können zu folgenden Zeiten im Event-Office abgeholt werden:

- **Freitag** 16:00 - 18:00 Uhr Alle Bewerbe
- **Samstag** 07:30 - 09:30 Uhr Alle Bewerbe
- **Sonntag** 06:30 - 08:00 Uhr Alle Bewerbe

Bitte beachte, dass Änderungen oder Nachmeldungen innerhalb der angegebenen Zeiten vorgenommen werden können.

Gefundene Gegenstände vom Schwimmstart werden zunächst zur Wechselzone und im Anschluss zum Event-Office gebracht. Auch alle anderen auf dem Gelände verlorenen Gegenstände können dort abgeholt werden.

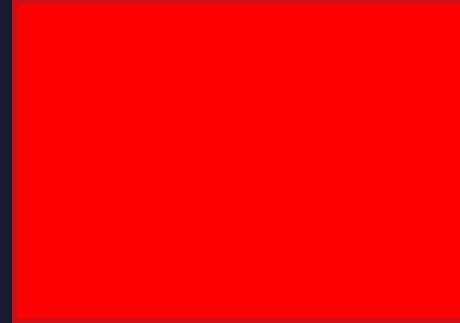
Nicht abgeholte Gegenstände werden von uns nach dem Event gespendet.



STARTNUMMERN



Sprintdistanz



Kurzdistanz

Zusätzlich zur Startnummer bekommst du:

- Handgelenksband (Zutritt Wechselzone, Finisher-Labe)
- Startnummernaufkleber für Helm und Rad
- Zeitnehmungschip
- Goodiebag & Teilnehmergehenk (abhängig vom Bewerb)

HINWEIS: Bitte bringe deine eigene Badekappe mit!

BADEHAUBEN



Aus Gründen der Nachhaltigkeit und zur Reduzierung von Abfall bleiben wir unserem Konzept der Wiederverwendung treu.

SOLLTEST DU SCHON EINE BADEHAUBE BESITZEN, BITTEN WIR DICH, DIESE MITZUNEHMEN UND ZU VERWENDEN.

Wenn dies nicht der Fall ist, bekommst du natürlich eine Neue von uns, solange der Vorrat reicht.

STARTWELLEN



- **Sprinttriathlon**

- Triathlon: 9:30 Uhr: Schwimmstart
- Aquabike: 9:30 Uhr: Schwimmstart
- Bike&Run: 9:45 Uhr: SWIM-IN Wechselzone

-

- **Kurzdistanz**

- Triathlon: 9:00 Uhr: Schwimmstart
- Aquabike: 9:00 Uhr: Schwimmstart
- Bike&Run: 9:30 Uhr: SWIM-IN Wechselzone

Die Zeitmessung erfolgt ausschließlich über das vom Veranstalter bereitgestellte System (kein Champion-Chip!). Eigene Zeiterfassungsgeräte sind nicht gestattet.

Der Zeitmesschip muss während des Wettkampfes, mittels Klettband oberhalb des Fußknöchels getragen werden. **Ohne Chip erfolgt keine Zeitnahme!**

Geht der Zeitmesschip vor dem Start oder während des Wettkampfes verloren, kann umgehend im Startareal oder in der Wechselzone ein Ersatzchip ausgehändigt werden.

Der Zeitmesschip ist von allen Athleten ausnahmslos in der Wechselzone beim Check-Out abzugeben. (= Tausch Chip gegen Rad).

Bei Rennaufgabe muss der Chip auch in der Wechselzone abgegeben werden.

Ein nicht retournierter Chip wird mit einem Unkostenbeitrag von 80 € verrechnet.

ZEITLIMITS



Um den reibungslosen Ablauf des Wettkampfes zu gewährleisten, werden die Zeitlimits in der Wechselzone kontrolliert. Athleten, die diese Limits überschreiten, werden leider aus dem Rennen genommen.

Schwimmen:

Um 10:00 Uhr müssen alle Athleten das Schwimmen beendet haben

Radfahren:

Nach der Schwimmzeit und der ersten Wechselzone (Wechselzone 1) bleibt ein Zeitraum für das Radfahren. Dieser ist so bemessen, dass die Athleten um spätestens 11:30 Uhr wieder in der Wechselzone sein müssen.

Gesamtzeit:

Der Wettkampf muss um spätestens 12:30 Uhr beendet sein.

Folgende Fixzeiten gelten:

Swim-Exit: 10:00 Uhr

T1 Exit: 10:10 Uhr

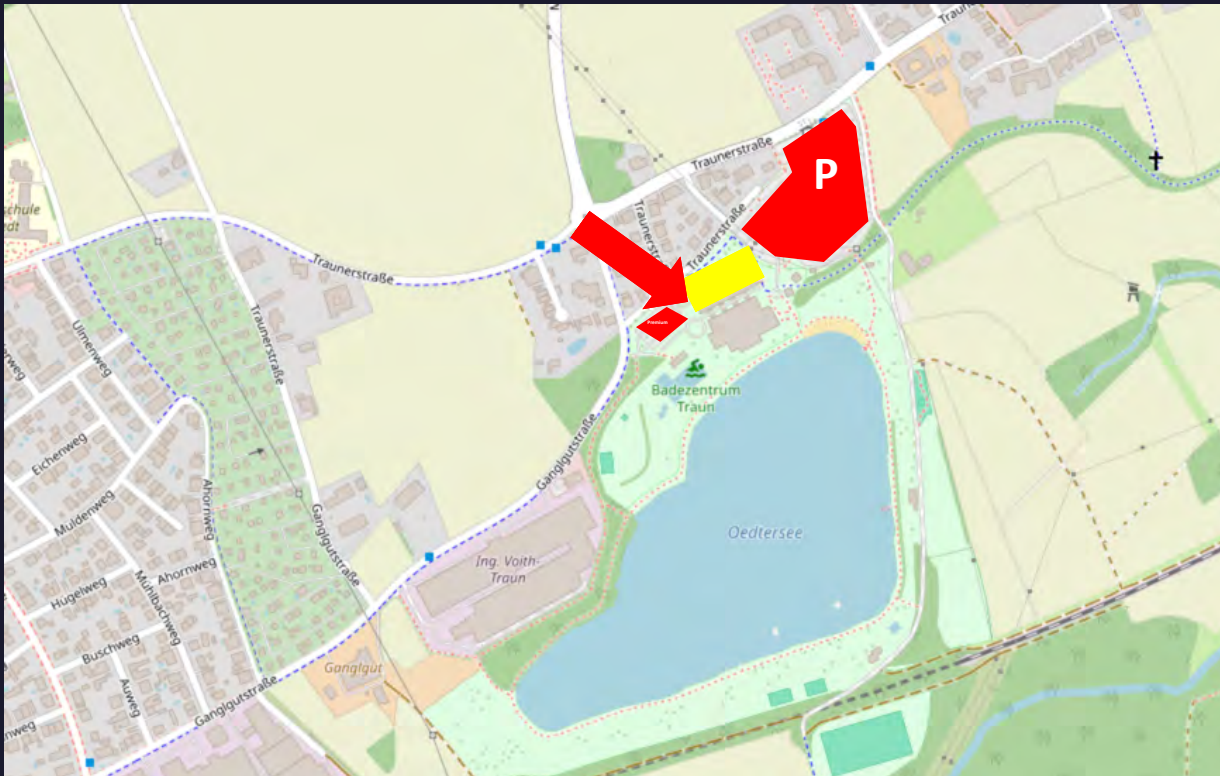
T2 In: 11:30 Uhr

Finish: 12:30 Uhr

CHECK IN – WECHSELZONE

Für alle Bewerber:

Zugang: Der Zugang zum Check-In erfolgt über den Premium Parkplatz. Bitte beachtet, dass ihr nicht durch die Eishalle zum Check-In kommt, sondern außen rund um die Eishalle gehen müsst.



NEOPREN – JA/NEIN

Die Entscheidung über die Nutzung von Neoprenanzügen obliegt nicht dem Veranstalter, sondern wird von den Technical Officials gemäß den Regeln des ÖTRV getroffen.

Diese Entscheidung kann bis zu einer Stunde vor Wettkampfbeginn fallen.

Wir werden die Neopren-Regelung umgehend nach Bekanntgabe über die Moderatoren und im Event-Office vor Ort veröffentlichen.

Weitere Informationen zur erlaubten Schwimmbekleidung sowie die geltenden Richtlinien findest du hier:

bis einschließlich 1.500 m Schwimmen:	22,0° C und darüber Wetsuit-Verbot
(olympische Distanz)	15,9° C und darunter Wetsuit-Pflicht
Bei Österreichischen Staatsmeisterschaften bis zur olympischen Distanz, die in einem eigenen und zeitlich getrennten Rennen durchgeführt werden, gilt:	
	20,0°C und darüber Wetsuit-Verbot
	15,9°C und darunter Wetsuit-Pflicht
ab 1501 m Schwimmen:	24,6° C und darüber Wetsuit-Verbot
	15,9° C und darunter Wetsuit-Pflicht

CHECK IN – SCHWIMMEN



Für alle Bewerber:

Zugang: Der Zugang zum Schwimmstart erfolgt direkt am Sandstrand des Oedter-See. Zuschauer können entlang des Ufers und auf den Treppen hinter dem Sandstrand das Schwimmen verfolgen.

Einschwimmen: Einschwimmen ist im Startbereich bis maximal 15 Minuten vor der ersten Startwelle erlaubt. Danach müssen alle Teilnehmer das Wasser verlassen haben.

Bitte hinterlasse keinen Müll!

CHECK IN – FAHRRÄDER



Teilnehmer können ihre Fahrräder und Ausrüstung zu den nachfolgenden Zeiten in der Wechselzone einchecken:

Bewerb	Check-In	Check-Out
Sprintdistanz	07:30 - 08:30 Uhr	Bis 13:00 Uhr
Kurzdistanz	07:30 - 08:30 Uhr	Bis 13:00 Uhr

Zur Einhaltung des Zeitplans bitten wir um strikte Beachtung der angegebenen Zeiten.

Wichtige Hinweise zum Fahrrad-Check-in

Bitte stelle sicher, dass dein Fahrrad vor dem **Check-in** voll funktionsfähig ist. Beim Check-in müssen dein Helm geschlossen und deine Startnummer gut sichtbar sein. Die Aufkleber für dein Fahrrad und deinen Helm musst du bereits angebracht haben.

Stelle dein Fahrrad an dem dir zugewiesenen Platz auf den Fahrradständern ab, der deiner Startnummer entspricht.

Der Zutritt zur Wechselzone ist ausschließlich Athleten vorbehalten.

CHECK OUT FAHRRÄDER



Teilnehmer können ihre Fahrräder und Ausrüstung zu den nachfolgenden Zeiten in der Wechselzone ein- / auschecken:

Bewerb	Check-In	Check-Out
Sprintdistanz	07:30 - 08:30 Uhr	Bis 13:00 Uhr
Kurzdistanz	07:30 - 08:30 Uhr	Bis 13:00 Uhr

Check-out nach dem Rennen

Der **Check-out** beginnt, sobald alle Athleten des Rennens das Radfahren beendet haben. Bitte beachte die Check-out-Zeiten. Fahrräder und Ausrüstung, die danach nicht abgeholt wurden, werden entfernt. Der Veranstalter übernimmt in diesem Fall keine Haftung.

Folgende Zusätze gelten für den Aquabike-Bewerb:

Steige bei der Dismount Line vom Rad ab, und laufe in die zweite Wechselzone zum Wechselplatz

Deine Ziellinie ist die Zeitnehmungsmatte vor der zweiten Wechselzone

Du kannst danach der Laufstrecke folgend in das Ziel einlaufen und dir deine verdiente Medaille abholen.

Dort findest du dann auch deine Zielverpflegung

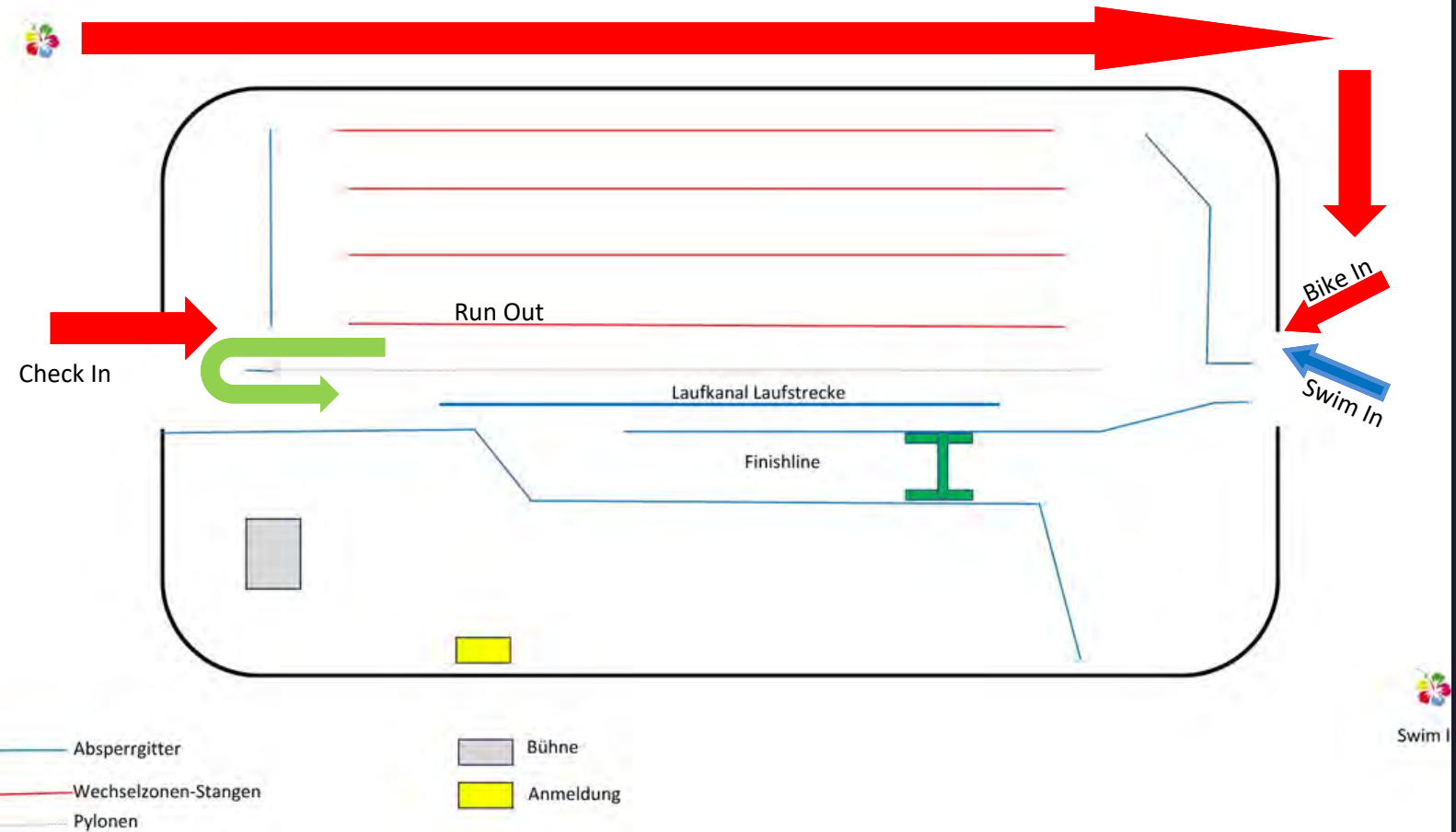
Folgende Zusätze gelten für den Bike&Run Bewerb:

Dein Start erfolgt VOR der Zeitmessmatte in der ersten Wechselzone

Du startest selbstständig während einer Lücke der Triathleten. Wenn du bereit bist, und deine Selbsteinschätzung deiner Leistung es für richtig hält, läufst du über die Matte und startest deinen Bewerb.

WECHSELZONE

ALOH
SPORT



STAFFELÜBERGABE



Bei Staffeln erfolgt die Übergabe des Zeitmesschips direkt am jeweiligen Wechselzonenplatz.

Schwimmt ein Teilnehmer sowohl für eine Staffel als auch als Einzelathlet, sind folgende Punkte zu beachten:

Beide Zeitmesschips müssen während des Schwimmens am Fußgelenk getragen werden.

Zuerst ist der Staffel-Zeitmesschip am Staffel-Übergabeplatz in der Wechselzone abzugeben.

Danach wird der Wechsel am individuellen Einzelwechselplatz vollzogen, um das Rennen als Einzelstarter fortzusetzen.

Die Radstrecke ist klar gekennzeichnet, aber **nicht für den öffentlichen Verkehr gesperrt**. Die Straßenverkehrsordnung (StVO) ist zwingend einzuhalten.

Besondere Vorsicht ist bei Gefahrenstellen wie 'engen Kurven' geboten. Am Radweg vor der Firma „Polytec“ befindet sich ein beidseitiges Überholverbot und Aerolenker-Verbot. Ein Verstoss gegen die Regel wird mit sofortiger Disqualifikation geahndet. Der Abschnitt ist entsprechend gekennzeichnet.

Wir machen zudem ausdrücklich auf mögliche Straßenschäden an mehreren Stellen aufmerksam. Diese Bereiche werden markiert; bitte passe dein Fahrverhalten entsprechend an.

Windschattenfahren ist auf allen Distanzen strengstens verboten!

ACHTUNG Streckenteilung!



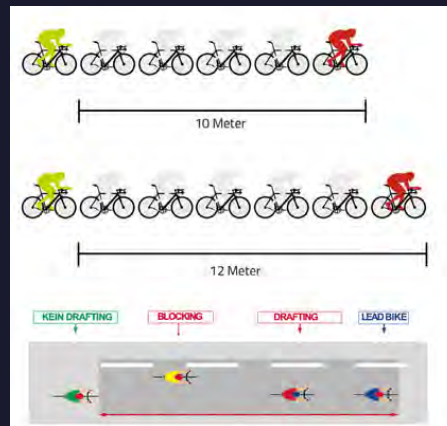
„Almi Kreisverkehr“: Athleten der **Olympischen Distanz biegen links** in die zweite Runde ab. Athleten der Sprintdistanz und Kurzdistanz Athleten nach der zweiten Runde fahren rechts wieder retour in die zweite Wechselzone.

WINDSCHATTENBOX



Gilt bei einem Wettkampf "Windschattenverbot", muss der Athlet die "Windschattenbox" des Vordermanns (verbotener Bereich für andere Fahrer) innerhalb von 20 Sekunden wieder verlassen. In die Windschattenbox darf nur bei einem Überholvorgang, an Verpflegungsstellen, aus Sicherheitsgründen oder in starken Steigungen bzw. Gefällen eingefahren werden. Die Breite der Windschattenbox beträgt drei Meter. Die Länge ist von der Distanz des Wettkampfes abhängig. Bei der Sprint- sowie der Olympischen Distanz ist die Windschattenbox 10 Meter lang. Bei der Mitteldistanz und Langdistanz beträgt die Länge der Windschattenbox 12 Meter.

Wer unerlaubt in der Windschattenbox fährt, wird von einem Technical Official mit einer mehrminütigen Zeitstrafe bestraft. Diese ist im nächsten "Penaltyzelt" abzusitzen. Bei mehrmaligem Vergehen droht eine Disqualifikation.



LABESTATIONEN



Folgende Labestellen warten auf dich.

RADSTRECKE



Sprintdistanz	Keine Labe
Kurzdistanz	Keine Labe

LAUFSTRECKE

Wasser und Iso (alle Bewerbe)

Sprintdistanz	KM 0,2	KM 2,7		
Kurzdistanz	KM 0,2	KM 2,7	KM 5,2	KM 7,7

LITTERINGVERBOT: Müll sowie Trinkflaschen dürfen nur in den gekennzeichneten Zonen vor und nach den Labestationen weggeworfen werden.

EIGENVERPFLEGUNG

Muss während dem Radfahren und Laufen am Athleten getragen werden und darf nicht durch einen Betreuer während dem Wettkampf gereicht werden.

STRECKENBEGLEITUNG

Um einen fairen Wettkampf zu gewährleisten, ist die Begleitung von Teilnehmern auf der Rad- und Laufstrecke durch Dritte verboten. Ein Verstoß gegen diese Regel führt ohne Vorwarnung zur Disqualifikation.

AUFGABE DES RENNENS



AUFGABE DES RENNENS

Solltest du dich entscheiden, den Wettkampf abubrechen, ist eine sofortige Abmeldung bei einem Technical Official zwingend erforderlich. Gib dazu deine Startnummer ab und melde die Aufgabe bei der Rennleitung.

Den Zeitmess-Chip musst du ebenfalls in der Wechselzone abgeben.

Bitte beachte: Es gibt keinen Besenwagen. Die Rückkehr zum Eventgelände erfolgt eigenverantwortlich.

PENALTY BOX



PENALTY BOX

Wenn du von einem Technical Official eine Strafe bekommst, musst du diese in der **Penalty Box** absitzen.

Die Penalty Box für die Radstrecke findest du **vor der Abstiegslinie vor der Wechselzone**.

Wichtiger Hinweis für Staffelteilnehmer: Als Radfahrer musst du deine Strafe **zuerst absitzen**, bevor du die Übergabe an deinen Staffelläufer durchführen kannst.

ALOHA EVENT CITY



Ob Athlet oder Besucher – die **ALOHA Event City** ist der perfekte Ort, um in die einzigartige Atmosphäre des ALOHA TRI Traun einzutauchen.

Hier kannst du dich mit anderen austauschen, entspannen und das Event in vollen Zügen genießen.

Nutze die Gelegenheit, um an den **Expoständen unserer Partner** zu stöbern oder dich von den kulinarischen Köstlichkeiten unseres **Gastro Partners** verwöhnen zu lassen.

Jetzt fehlt nur noch eins:

Wir wünschen euch von Herzen alles Gute für das Rennen!
Möge der ALOHA TRI Traun 2026 ein fantastisches und
unvergessliches Erlebnis für euch werden.

Wir können es kaum erwarten, euch zu sehen!