



YOUTH LEAGUE

SWISS + TRIATHLON

Manual 2023

Member

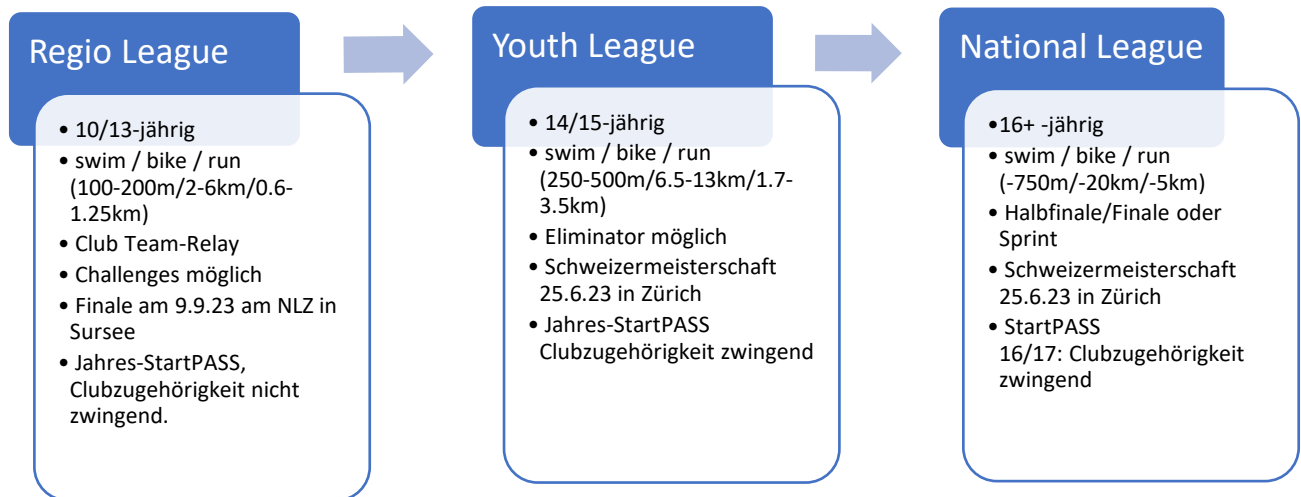


Sponsor



Willkommen am Start bei der Youth League

Die Youth League ist die nationale Rennserie für 14- und 15-Jährige. Du misst dich bei 5 Wettkämpfen mit Athlet:innen aus der ganzen Schweiz. Bei den Wettkämpfen kannst du viel lernen, zum Beispiel das taktische Fahren bei den Draftingrennen.



1. Wettkämpfe

Die Youth League umfasst 5 Wettkämpfe über die Supersprintdistanz, hauptsächlich im Draftingformat. Beim Zurich City Triathlon am 25. Juni werden gleichzeitig die Schweizer Meistertitel in deiner Kategorie vergeben. Informationen zu der Serie und den Wettkämpfen findest du [hier](#).

Datum	Anlass	Distanz
3. Juni 2023	Zytturm Triathlon	Supersprint
25. Juni 2023	Zurich City Triathlon *	Supersprint
2. Juli 2023	Linthathlon	Supersprint
5. August 2023	Triathlon de Nyon	Supersprint
3. September 2023	Triathlon 'Yverdon	Supersprint (Semifinal/Final)

*Schweizermeisterschaft

2. Kategorien

Bezeichnung	Alter	Wertung
Youth 14-15 m/w	14-15*	14-15

*Alter am 31. Dezember des Wettkampffjahres

Mädchen und Buben starten separat.

3. Teilnahmebedingungen/Anmeldung

- Es gilt das aktuelle [Wettkampfbreglement von Swiss Triathlon](#).
- Für in der Schweiz wohnende Athlet:innen wird vorausgesetzt:
 - Gültiger Jahres-[StartPASS](#) von Swiss Triathlon.
 - Einwilligung in den [Code of Conduct](#) mittels [Onlineformular](#).
 - Mitgliedschaft in einem Swiss Triathlon angeschlossenen Triathlon-Club (der Verein muss die Mitgliedschaft mittels Mitgliederverwaltungssoftware Fairgate bestätigen (durch Zuordnung der Verbandsmitgliedschaft «Aktivmitglied Swiss Triathlon».)
- Athlet:Innen aus dem Ausland sind im Besitz Jahreslizenz ihres Verbandes.
- Die Athlet:Innen melden sich **ausschliesslich über das Portal von Swiss Triathlon** an.
- Der Anmeldeschluss erfolgt jeweils 10 Tage **vor** jedem Wettkampf (mittwochs 24:00 Uhr).
- Die maximale Abrolllänge beträgt 6.10 m.
- Das Tragen eines Neoprenanzugs ist gemäss Wettkampfbreglement erlaubt.

4. Wertungsmodus und Punkte

Zur Aufnahme in die Youth League Serienwertung ist die erfolgreiche Teilnahme an mindestens drei Veranstaltungen notwendig. Du kannst bis zu 4 Resultate einbringen. Bei einer erfolgreichen Teilnahme von 5 Wettkämpfen werden die besten 4 Platzierungen gewertet (1 Streichresultat).

Bei Punktegleichheit zählt

- in erster Linie das bessere Streichresultat
- **in zweiter Priorität die geringe Anzahl der absolvierten Wettkämpfe**
- in dritter Priorität: die höhere Anzahl der besseren Platzierungen (Direktvergleich).

Bei Athleten mit einem Jahres-StartPASS von Swiss Triathlon werden die Punkte für die Gesamtwertung nur gutgeschrieben, wenn alle Startvoraussetzungen inkl. Bestätigung der Clubmitgliedschaft durch den Club in Fairgate erfüllt sind.

Punktevergabe bei der Youth League

Rang	Points	Rang	Points	Rang	Points	Rang	Points
1	200	11	117	21	89	31	70
2	180	12	114	22	87
3	165	13	111	23	85
4	155	14	108	24	83
5	145	15	105	25	81
6	140	16	102	26	79
7	135	17	99	27	77
8	130	18	96	28	75
9	125	19	93	29	73
10	120	20	91	30	71	80	21

Die Punktevergabe erfolgt nach Geschlechtern getrennt (männlich/weiblich).

5. Siegerehrung

Nach jedem Rennen werden die Tagessieger geehrt. Die Auszeichnung der besten Athlet:innen der Gesamtwertung der Youth League erfolgt im Rahmen des Multisportfests von Swiss Triathlon am 9. September 2023 auf dem Campus Sursee.

Preise

Burgerstein ist der Sponsor der Youth League und wird verschiedene Gutscheine und Preisgelder für das Finale am 9. September zur Verfügung stellen.

Für jeden der 5 Youth League Wettkämpfe wird Burgerstein den ersten 3 Mädchen und den ersten 3 Jungen Gutscheine zur Verfügung stellen im Wert von je 1. Rang 100 CHF, 2. Rang 75 CHF, 3. Rang 50 CHF.

In der Gesamtwertung zahlt Burgerstein den ersten 3 Mädchen und den ersten 3 Jungen ein Preisgeld je 1. Rang 300 CHF, 2. Rang 200 CHF, 3. Rang 100 CHF.

6. Was erwartet Dich bei der Youth League?

Wettkampfdistanzen

Bei der Supersprintdistanz legst du je nach Wettkampf Distanzen von bis zu 400 m Laufen, 10 km Velofahren und 2.5 km Laufen oder kürzer zurück. Dein Training sollte darauf ausgerichtet sein, dass du diese Distanzen gut bewältigen kannst.

Wechselzone

Beim Einrichten der Wechselzone platzierst du deinen Helm und wenn du hast, deine Radbrille, am Lenker deines Velos. Gibt es bei dem Wettkampf eine Startnummer, so hängst du das Band mit dieser ebenfalls an den Velolenker. An deinem Platz neben deinem Velo befindet sich eine Box. Deine Laufschuhe und ggf. eine Laufkappe und/oder Brille legst du vor die Box. In die Box musst du alle Dinge hineinlegen, die du während des Wettkampfs benutzt hast. Nach dem Schwimmen sind das die Badekappe, die Schwimmbrille und ggf. dein Neoprenanzug. Nach dem Velofahren dein Radhelm und -brille. Wenn du deine Radschuhe nicht an den Pedalen lässt, müssen diese ebenfalls in die Box.

Penalty

Passiert dir während des Rennens ein Fehler, erhältst du einen sogenannten «Penalty», eine Zeitstrafe. Diese erhält man zum Beispiel, wenn man zu früh auf das Rad springt oder beim Einfahren in die Wechselzone zu spät absteigt. Auch gibt es einen Penalty, wenn Teile des benutzten Wettkampfequipments nicht in der Box liegen. Mache dich im Vorfeld gut mit der Strecke und den Regeln vertraut und bleibe während des Wettkampfs konzentriert. Dies hilft dir für ein positives Wettkampferlebnis.

Penaltyboard und Penaltybox

Einen Penalty sitzt man in der Penaltybox ab. Diese befindet sich auf der Laufstrecke. Hat ein:e Athlet:in einen Penalty erhalten, wird seine/ihre Startnummer auf das Penaltyboard geschrieben, das sich kurz vor der Penaltybox befindet. Der/die Athlet:in ist selbst dafür verantwortlich, auf das Board zu schauen und ggf. in die Penaltybox zu gehen. Dort nennt er dem Schiedsrichter seine Nummer, seinen Namen und die Anzahl Penalties, die er erhalten hat. Bei der Supersprintdistanz musst du bei einem Penalty 10 sec warten.

Schwimmen

Die meisten Wettkämpfe finden im offenen Gewässer statt. Dies verlangt von dir, dass du dich orientieren kannst. Dazu trainierst du am Besten nicht nur im Schwimmbecken, sondern sobald es wärmer wird auch im offenen Gewässer. Hier kannst du dir eine Boje oder einen markanten Punkt an Land (zum Beispiel ein Haus oder ein hoher Baum) suchen und versuchen, darauf zuzuschwimmen.

Velo

Bei der Youth League ist das Windschattenfahren (Draften) erlaubt. Damit du sicher in der Gruppe fahren kannst, solltest du neben dem Ausdauertraining von Anfang an deine Geschicklichkeit und Radbeherrschung trainieren. Hast du bereits im Regio League teilgenommen, sollten dir die Übungen bereits vertraut sein und dir der Umstieg vom MTB auf das Rennvelo gut und schnell gelingen. Das Reglement schreibt nicht vor, dass du Veloschule tragen musst, aber für deine weitere sportliche Ausbildung ist dies sinnvoll. Solltest du mit Laufschuhen Velo fahren, schreibt das Reglement vor, dass du nach dem Radfahren in der Wechselzone an deinem Platz einmal deine Laufschuhe abziehen und wieder anlegen musst. Noch ein Tipp: Schau dir vor deinem Start bei einem Youth League Rennen genau an, wo du mit dem Velo aufsteigen darfst und wo du wieder abgestiegen sein musst, damit du keine Zeitstrafe riskierst.



Laufen

Nachdem du dein Velo korrekt abgestellt und alles in der Box versorgt hast, geht es zur abschliessenden Disziplin. Teile dir deine Kräfte gut ein und denke daran, auf das Penaltyboard zu schauen. Dies befindet sich meistens relativ kurz vor dem Ziel. Am Besten orientierst du dich beim Einlaufen, wo das Penaltyboard und die -box stehen. Und natürlich musst du deine Startnummer kennen.

Code of Conduct

Swiss Triathlon fördert den Fairness Gedanken unter den jungen Sportlern! Mit der Unterzeichnung des Code of Conduct gibt die/der Athlet:in sein Kommitment für ein faires und regelkonformes Verhalten.



Teile deine Erlebnisse

Du hast ein spannendes Rennen erlebt und der Wettkampf hat dir Spass gemacht? Teile doch deine Erlebnisse auf Social Media und versehe deine Posts mit den Tags @swisstriathlon, #swisstriathlonyouthleague. Wir freuen uns, von dir zu lesen.

Viel Spass bei der

**YOUTH
LEAGUE**
SWISS + TRIATHLON