

eMDe Linthathlon, 21. Juni 2026

Athletes Guide



Ort

Benken SG

Programm

Bitte berücksichtige in deiner Zeitplanung zwischen Check-In und Line-Up den Fussweg (ca. 25 min) zum Schwimmstart. Vom Schwimmstart erfolgt ein Gepäcktransport zum Eventgelände.

Women Youth League

Zeit	Tätigkeit
Ab 06h45	Startnummernausgabe
10h15 – 10h45	Check-In U18
10h30 – 11h00	Check-In U16
10h00 – 11h00	Einschwimmen beim Schwimmausstieg
10h35	Briefing U18 in der WZ
10h50	Briefing U16 in der WZ
11h30	U18 F: Line-up
11h35	U18 F: Start YL
11h45	U16 F: Line-up
11h50	U16 F: Start YL
15h45	Siegerehrung
Bis 16h00	Check out, Anweisungen der Helfer beachten

Men Youth League

Zeit	Tätigkeit
Ab 06h45	Startnummernausgabe
09h40 – 10h10	Check-In U18
09h55 – 10h25	Check-In U16
10h00 – 11h00	Einschwimmen beim Schwimmausstieg
10h00	Briefing U18 in der WZ
10h15	Briefing U16 in der WZ
10h55	U18 M: Line-up
11h00	U18 M: Start YL
11h10	U16 M: Line-up
11h15	U16 M: Start YL
15h45	Siegerehrung
Bis 16h00	Check out, Anweisungen der Helfer beachten

- Bitte beachte auch das vollständige [Briefing Dokument](#) des Veranstalters.
- [Website des Veranstalters](#)

Member



Sponsor



Startlisten

Die Startlisten finden sich [hier](#)

Distanzen

Swim: 1700 m im Fluss, Bike: 7.4 km (2 Runden); Run 1.7 km (1 Runde)

Weitere Infos

-> **Drafting** erlaubt (das Vélo muss Artikel 7.2 des Wettkampfbegleitendes entsprechen, keine Lenkeraufsätze erlaubt). Drafting zwischen den Geschlechtern: Junge-Mädchen/Mädchen-Junge ist verboten.

-> **Die Kennzeichnung** erfolgt mit Tattoos (auf den Armen unterhalb vom Ellbogen und auf den Beinen unterhalb vom Knie; siehe Wettkampfbegleitend 3.3 d. (ii))

-> **Boxen** Das benutzte Material wie Schwimmbrille, Badekappe, Helm, etc. muss in der Box am Wechselplatz abgelegt werden

-> **Strafen** Zeitstrafen (ausser Fehlstart) werden in der Penalty Box abgesessen, bitte vor Ort vor dem Start anschauen.

-> **Wassertemperatur:** Die aktuelle Wassertemperatur beim Abfluss vom Walensee ist [hier](#) ersichtlich. Die Temperatur kann innerhalb von einem Tag um mehrere Grad steigen oder sinken kann, je nach Windrichtung im Walensee. Bitte für alle Fälle einen Neoprenanzug mitbringen, falls dieser obligatorisch sein sollte.

-> Das neue [Wettkampfbegleitend V18](#) von Swiss Triathlon und das Manual Youth League 2026 gelten

-> **Überrundungen:** Falls der Athlet von Motorrad "Head of Race" überholte wird -> ganz rechts fahren. Falls die Überrundung genau bei der Verzweigung 1. -> 2. Runde passiert, kann der überrundete Athlet vom Streckenposten, kurz aufgehalten werden.

Abmeldung

Wer nicht startet, meldet sich bitte bis am **Freitag, 19. Juni um 12h00** ab bei reinhard.standke@swisstriathlon.ch

Situationsplan und Streckenpläne

Siehe vollständiges [Briefing Dokument](#) des Veranstalters.