

# 22. Mettmanner Duathlon 2026 – Ausschreibung



📅 **Termin:** Sonntag, 19. April 2026

📍 **Veranstaltungsort:** Sportplatz am Heinrich-Heine-Gymnasium (HHG),  
Hasselbeckstr. 6, 40822 Mettmann

## Veranstalter

**mettmann-sport e.V., Abteilung Triathlon**

Genehmigungsnummer: 10-26-03-06294

## Kontakt & Infos

✉️ E-Mail: [duathlon@me-sport.de](mailto:duathlon@me-sport.de)

🌐 Internet: <https://www.me-sport.de/de/me-sport-plus/duathlon/>

📞 Telefon: 02104 / 976006

📍 Adresse: Hasselbeckstr. 6, 40822 Mettmann

## Anmeldung

👉 Online über <https://triandertaler-2026.racepedia.de>

⌚ **Anmeldeschluss:** 31.03.2026 – oder früher, sobald 550 Startplätze vergeben sind (davon max. 50 Staffeln).

## Wettkampfdistanzen

Wir bieten wieder spannende Formate für alle Leistungsstufen – vom Nachwuchs bis zum ambitionierten Starter:

- **Kurzdistanz:** 10 km Laufen | 44 km Rad | 5 km Laufen
- **Sprint-/Volksdistanz:** 5 km Laufen | 24 km Rad | 2,5 km Laufen
- **Schüler A / Jugend B:** 2 km Laufen | 7,5 km Rad | 1 km Laufen
- **NRW-Meisterschaft Duathlon:** Sprintdistanz (nur Einzelstarts)
- **Staffeln:** auf allen Distanzen möglich (außer NRW-Meisterschaft), mit 2 oder 3 Starter:innen

## Streckenbeschreibung

🏃 **Laufen:**

Eine abwechslungsreiche, leicht wellige Strecke führt durch das Wohngebiet Löffelbeck. Für Schüler A und Jugend B gibt es verkürzte Runden (2 km / 1 km).

## **Radfahren:**

Die Radstrecke ist komplett gesperrt und führt vom HHG durch das Stadtgebiet Mettmann bis nach Wülfrath. Dort wartet ein Rundkurs mit Wendepunkt, der bei der Sprintdistanz zweimal und bei der Kurzdistanz viermal gefahren wird. Die Schüler- und Jugendrennen finden auf separaten Strecken statt.

## **Startzeiten (geplant)**

- **09:00 Uhr / Gruppe A** – Schüler A & Jugend B
- **10:00 Uhr / Gruppe B** – NRW-Meisterschaft Sprintdistanz
- **10:10 Uhr / Gruppe C** – Sprint-/Volksdistanz (Zielzeit bis ca. 1:20 h)
- **10:35 Uhr / Gruppe D** – Kurzdistanz (Einzel & Staffeln)
- **10:45 Uhr / Gruppe E** – Sprint-/Volksdistanz (Zielzeit über 1:20 h, inkl. Staffeln)

## **Startunterlagen, Check-in Wechselzone & Wettkampfbesprechung (geplant)**

Gruppe	Startunterlagen Abholung	Check-In Wechselzone	Wettkampf- Besprechung
A – Schüler/Jugend	7:30 – 08:30 Uhr	bis 08:40 Uhr	08:45 Uhr
B – NRW-Meisterschaft	8:30 – 09:30 Uhr	bis 09:40 Uhr	09:45 Uhr
C – Sprint <1:20	8:30 – 09:30 Uhr	bis 09:40 Uhr	09:45 Uhr
D – Kurzdistanz & Staffeln K	9:00 – 10:00 Uhr	bis 10:10 Uhr	10:20 Uhr
E – Sprint >1:20 & Staffeln S	9:00 – 10:00 Uhr	bis 10:10 Uhr	10:20 Uhr

- Auf Laufwege achten, damit der Rennbetrieb in der Wechselzone nicht gestört wird!
- **Check-Out** ist jederzeit möglich.

## **Startgebühren**

 Staffelung je nach gesamt Anzahl Anmeldungen. Früh anmelden lohnt sich!

Distanz	Kategorie	Jahrgänge / Teilnahmevoraussetzung	Preis (€) vor Rabatt	Anmeldungen Gesamt		
				1-40	41-80	ab 81
Kurzdistanz	Erwachsene	ab Jahrgang 2006	60,00 €	50,00 €	55,00 €	60,00 €
Kurzdistanz	Junioren	Jg. 2007/2008	35,00 €	27,00 €	31,00 €	35,00 €
Kurzdistanz	Staffeln	Rad ab Jg. 2011 – Lauf ab Jg. 2012	75,00 €	65,00 €	70,00 €	75,00 €
Sprint-/ Volksdistanz	Erwachsene	ab Jahrgang 2006	45,00 €	37,00 €	41,00 €	45,00 €
Sprint-/ Volksdistanz	Junioren	Jg. 2007/2008	25,00 €	20,00 €	22,50 €	25,00 €
Sprint-/ Volksdistanz	Jugend A	Jg. 2009/2010	25,00 €	20,00 €	22,50 €	25,00 €
Sprint-/ Volksdistanz	Staffeln	ab Jahrgang 2014	60,00 €	50,00 €	55,00 €	60,00 €

## **Schüler A / Jugend B**

Distanz	Kategorie	Jahrgänge / Teilnahmevoraussetzung	Preis (€)
Schüler-/Jugenddistanz	Schüler A	Jg. 2013/2014	20,00 €
Schüler-/Jugenddistanz	Jugend B	Jg. 2011/2012	20,00 €
Schüler-/Jugenddistanz	Staffeln	Schüler A (Jg. 2013/2014) Jugend B (Jg. 2011/2012)	30,00 €

Zusätzlich:

- **Tageslizenz Kurzdistanz:** 21 € (falls kein Startpass vorhanden)
- **Ummeldungen/Nachmeldungen:** +10 € (Nachmeldungen ggf. bis 08:30 Uhr am Veranstaltungstag möglich)

## **Leistungen für Teilnehmende**

- Getränke an der Laufstrecke
- Obst, Snacks & Getränke im Ziel
- Online-Ergebnisse & Urkundendruck
- Vollständig abgesperrte Lauf- & Radstrecke
- Sanitäre Anlagen & Umkleiden vor Ort

## **Zeitmessung**

Die Zeitnahme erfolgt digital durch **time2finish** mit Chip.

- Jede Staffel erhält **einen Chip**, der weitergegeben wird.
- Chiprückgabe beim Rad-Check-out (Chip gegen Rad).
- Verlustgebühr: 10 €
- Eigene Chips können nicht genutzt werden.

## **Wertungen & Siegerehrungen**

- **NRW-Meisterschaft (Sprint):** Gesamt & Altersklassen
- **Kurzdistanz & Sprint/Volksdistanz:** Gesamt & AK (jeweils Sieger:innen)
- **Schüler A / Jugend B:** Gesamtwertung
- **Staffeln:** 1. Damen / Herren / Mixed

## **Ergebnisse**

Ergebnislisten und Urkundendruck sind im Internet zu finden unter: <https://triandertaler-2026.racepedia.de/ergebnisse>

## Siegerehrungen (Planung)

- 11:00 Uhr - Schüler/Jugend
- 12:00 Uhr - NRW-Meisterschaft
- 14:00 Uhr - Kurzdistanz & Sprint/Volksdistanzen

## Wichtige Hinweise

- **Helmpflicht** auf der Radstrecke
- **Windschattenfahren verboten**
- Teilnahmeberechtigt: Breiten- und Leistungssportler:innen aller ausgeschriebenen AK
- **Pflichtveranstaltung:** Wettkampfbesprechung am Veranstaltungstag (Infos zu Gefahrenstellen & Regeln)
- Für die NRW-Meisterschaft ist ein gültiger Startpass erforderlich
- Für die Kurzdistanz ist ein gültiger Startpass oder eine Tageslizenz erforderlich.
- Minderjährige benötigen eine unterschriebene Einverständniserklärung der DTU, welche von den Erziehungsberechtigten gegeben werden muss Link .
- Für die Schüler / Jugend B gibt es eine Begrenzung der Übersetzung: Schüler A 5,70 m/ Jugend B 6,20 m (SpO § 36).

## Rechtliches & Haftung

- Der Veranstaltung liegen die Ordnungen der Deutschen Triathlon Union (Sportordnung, Veranstalterordnung, Ligaordnung, Anti-Doping-Code, Kampfrichterordnung), sowie Rechts- und Verfahrensordnung und die Disziplinarordnung zugrunde. Mit der Anmeldung erkennen die Wettkampfteilnehmenden die Wettkampfordnungen, sowie Rechts- und Verfahrensordnung, die Disziplinarordnung und die Bedingungen des Veranstaltenden als verbindlich an.
- Teilnahme auf eigenes Risiko · Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Unfälle, Diebstahl oder Schäden
- Fotos, Videos & Ergebnisse können online veröffentlicht werden
- Keine Rückerstattung bei Ausfall durch höhere Gewalt

## Fundsachen

Können zwei Werkstage nach der Veranstaltung in der Geschäftsstelle (Hasselbeckstr. 6, 40822 Mettmann) abgeholt werden. Aufbewahrung bis zu 3 Monate, danach Entsorgung.

👉 Alle weiteren Infos, Updates & Ergebnisse findet ihr auf:

🌐 <https://www.me-sport.de/de/me-sport-plus/duathlon/>

