




# WALLISELLEN TRIATHLON

Der Triathlon für die ganze Familie  
und neu mit einem separaten  
Frauen Rennen!



 Register now

**16.04.  
2023**

Stadt  
Wallisellen

**Glatt**

**FABRIK**  
MOVE • WORK • LIFE

**RAIFFEISEN**

*die werke*  
Handwerk hat seinen Wert



Kanton Zürich  
Sportamt

  
sportanlagen ag wallisellen

## Liebe Athletinnen und Athleten

Wir freuen uns auf Euren Start am diesjährigen Wallisellen Triathlon! In diesem Booklet findet Ihr alle wichtigsten Informationen zu den Rennen und Rund um den Event.

Vielen Dank an die Gemeinde Wallisellen und an unsere Sponsoren und Partner, welche dieses Event möglich machen.

Wir wünschen Euch weiterhin eine gute Vorbereitung und einen tollen Wettkampf. Eure Erlebnisse könnt Ihr gerne mit uns teilen - **#wallisellentriathlon**

Euer OK des Wallisellen Triathlon und unsere



**Dienstag, 11. April 2023**

18:30 – 19:30 Uhr      Q&amp;A auf Facebook live

**Samstag, 15. April 2023**

16:00 – 18:00 Uhr      Startnummernausgabe

**Sonntag, 16. April 2023**

08:00 – 14:00 Uhr      Startnummernausgabe/ Nachmeldung

08:00 – 09:30 Uhr      Check-In Short Männer &amp; Team

ab 09 30Uhr              Start Team Triathlon

ab 09:35 Uhr             Start Short Triathlon Männer

11:30 – 12:30 Uhr      Check-Out Short Männer &amp; Team

11:30 – 12:00 Uhr      Check-In Pro Race Damen &amp; Herren

12:20 Uhr                Start Pro Race Damen

12:30 Uhr                Start Pro Race Herren

12:40 Uhr                Rangverkündigung Short Männer &amp; Team

13:00 – 13:30 Uhr      Check-In Swim&amp;Run (Hallenbad)

13:00 – 14:20 Uhr      Check-In Short Frauen

13:30 – 14:00 Uhr      Check-Out Pro Race Damen &amp; Herren

ab 13:40 Uhr             Start Kids Swim&amp;Run

## Sonntag, 16. April 2023

14:00 – 14:20 Uhr	Check-Out Swim&Run (Hallenbad)
ab 14:20 Uhr	Start Short Triathlon Frauen
15:00 Uhr	Rangverkündigung Pro & Kids Swim&Run
16:00 – 17:00 Uhr	Check-Out Short Frauen
17:00 Uhr	Rangverkündigung Short Frauen

# «Nachhaltig und von hier.»

Sven Riederer, Fabrik11

strom  
wallisellen

meine-energieversorgung.ch

Jetzt wählen



die werke

komfortabel leben

# Glatt

4500 GRATIS-  
PARKPLÄTZE



MIT  
E-LADE-  
STATIONEN

GLATT.CH

120 Geschäfte  
14 Restaurants  
1 Fachärzteezentrum

## Infrastruktur / Wechselzone



Ab dem Hauptbahnhof Zürich fahren folgende S-Bahn-Linien im Halbstundentakt zum Bahnhof Wallisellen: S8 / S14 / S19. Von dort aus sind es ca. 10 Gehminuten bis zum Wettkampflplatz.

**Am Sonntag** stehen Parkplätze im Glatt Einkaufszentrum auf der Ebene P6 zur Verfügung. Von dort aus gibt es einen kostenlosen Shuttle-Bus Service zum Wettkampflgelände. Zu Fuss ist der Weg zum Wettkampflgelände ausgeschildert und dauert ca. 15min.



April 2023

### Shuttle-Bus zum Walliseller Triathlon Sonntag, 16.04.2023, 08.30 – 17.45 Uhr

Zwischen Wettkampflgelände und dem Parkhaus des Einkaufszentrums Glatt verkehrt ein Shuttle-Bus im 10-Minuten-Takt.





**Fleischli**  
Einfach...  
ein Bisschen mehr

Unsere knusprig-frischen  
Brotkreationen verhelfen  
auch dir zur Höchstleistung.  
Toi, toi, toi!

Täglich frisch, regional und gesund. 14x im Kanton Zürich.  
[www.fleischli.swiss](http://www.fleischli.swiss)

Bild: wayhomestudio/de.freepik.com

[www.sportanlagen-wallisellen.ch](http://www.sportanlagen-wallisellen.ch)

InfoBox 044 / 8304 342

water  
world  
wallisellen



sportanlagen ag wallisellen



**Achtung,  
fertig, los!**

**Das Sportamt des Kantons Zürich  
unterstützt den Jugend- und  
Breitensport.**

**SWISSLOS**  
Sportfonds Kanton Zürich

## Startnummernausgabe

Die Startnummernausgabe befindet sich neu bei den Garderoben im Freibad) und hat wie folgt geöffnet:

- Samstag, 15.4. von 16:00 bis 18:00 Uhr
- Sonntag, 16.4. von 8:00 bis 14:00 Uhr

## Wechselzone

Die Wechselzone befindet sich in der Mehrzweckhalle. Die Wechselzone darf **nur** von **Teilnehmer/-innen** und **Volunteers** betreten werden. Trainer, Betreuer und Zuschauer haben keinen Zutritt.

Die Fahrräder müssen innerhalb der Wechselzone geschoben werden und sind in den nummerierten Ständern zu parken.

Es ist verboten, die eigene Position in der Wechselzone zu markieren.

- Der Check-In von Fahrrad und Helm ist für alle Teilnehmer/-innen obligatorisch.
- Der Check-Out ist nur gegen Vorweisen der Startnummer möglich.
- Die vorgegebene Check-In Zeiten ist verbindlich.

	Check-In	Check-Out
Short Männer & Team	08:00 – 09:30	11:30 – 12:30
Pro Race Triathlon	11:30 – 12:00	13:30 – 14:00
Kids Swim&Run	13:00 – 13:30	14:00 – 14:20
Short Triathlon Frauen	13:00 – 14:20	16:00 – 17:00



MÜLLILAND  
Entsorgungszentrum



## Frühlingsaktion im Mülliland!

Frühlingszeit ist Entrümpelungszeit! Profitieren Sie dabei von unserem reduzierten Sperrguttarif.

→ **CHF 0.35 pro kg**



Aktionspreis gültig bis zum 30. April 2023

K. Müller AG – ein Unternehmen der REMONDIS Gruppe  
Kriesbachstrasse 1, 8304 Wallisellen, Tel. 044 878 10 40



swim. bike. run. have fun!

## SCHNUPPERTRAININGSWOCHEN

Kids und Schüler Jg. 2012-2016

### SWIM

Freitag, 14. April / 12. Mai / 26. Mai / 02. Juni 2023  
16:30 - 17:30 Uhr Hallenbad Wallisellen

Mindestanforderungen:  
Eintrittstest - Im tiefen Wasser mind. 25m Kraul-, Rücken- und Brustschwimmen + Delphinbeinschlag  
(Fähigkeitserwerb z.B. mit Schwimmkurs Hecht oder Sportkurs 1 Schwimmsportschule Wallisellen)

### BIKE (MTB)

Dienstag, 04. April / 11. April / 18. April / 09. Mai / 16. Mai  
23. Mai / 30. Mai 2023

18:00 - 20:00 Uhr Brunnen beim Stadthaus Wallisellen

### RUN

Donnerstag, 06. April / 13. April / 20. April / 11. Mai / 25. Mai  
01. Juni 2023

18:00 - 19:00 Uhr Turnhalle Alpenschulhaus Wallisellen (Jg. 2014-2016)  
18:15 - 19:30 Uhr Mehrzweckhalle Wallisellen (Jg. 2012-2013)

Informationen & Anmeldung per E-Mail: [sport@3starcats.ch](mailto:sport@3starcats.ch)  
oder QR-Code mit dem Handy einscannen und das Kontaktformular ausfüllen.



SCAN ME

GOLD CLUB  
SPORTSWEISSSTADION.CH

[www.3starcats.ch](http://www.3starcats.ch)



SCAN ME



25.-26.08.  
2023



CHALLENGE  
DAVOS  
wearetriathlon!

A BUCKETLIST Triathlon  
for the whole family!

DAVOS  
KLOSTERS

graubünden

+ NIGHTRUN,  
KIDS SWIM&RUN AND  
ROLLERSKI-EVENT

graubünden sport

GRISCHA

FABRIK

Schwitzer  
Jugendtherapie

- Das Schwimmen findet im Hallenbad statt.
- Einschwimmen ist im Sprungbecken möglich.

## Startprozedere Short & Team

Die Athleten werden nach dem bei der Anmeldung angegebenen Schwimmniveau in drei verschiedene Start-Wellen eingeteilt. Die schnellste Welle startet **neu zuerst**. In welcher Reihenfolge in der jeweiligen Welle gestartet wird, ist den Teilnehmern überlassen und kann direkt vor Ort entschieden werden. **Alle 10 Sekunden startet ein Athlet.**

Welle 1: Schnelle Schwimmer: unter 10 min (grüne Badekappen)  
 Welle 2: Mittlere Schwimmer: 10-13min (rote Badekappen)  
 Welle 3: Einsteiger für ab 13min (gelbe Badekappen)

## Short & Team Triathlon 500m



# FABRIK11

MOVE \* WORK \* LIFE



## BALLSPORT

FUSSBALL, HANDBALL, UNIHOCKEY, PADEL, VOLLEYBALL, BASKETBALL, PICKLEBALL



## FUNCTIONAL FITNESS

OPEN GYM & GROUP TRAINING



## KIDS 8-15 JAHRE

BALLSPORT-ATHLETIK GROUP TRAINING



## TEAM TRAINING

ALS ERGÄNZUNG ZUM VEREINSTRAINING



## REHA TRAINING

BALLSPORT DIAGNOSTIK & PERSÖNLICHES TRAINING



## BOT360

NEUROKOGNITIVES BALLSPORTTRAINING



## BISTRO

DÜBENDORF



## TEAM EVENTS

KINDERGEBURTSTAG, WEIHNACHTSFEIER



## COWORKING

WORKSHOPS, MEETING ROOM, TEAM OFFICE

Wiedereröffnung am 13. Januar 2024

FABRIK11 Dübendorf

Ringstrasse 20

8600 Dübendorf

Phone: 044 830 91 40

E-Mail: [duebendorf@fabrik11.ch](mailto:duebendorf@fabrik11.ch)

Neueröffnung am 23. September 2023

FABRIK11 Winterthur

WIN4 Kubus, Grüzefeldstrasse 32

8400 Winterthur

Phone: 044 830 91 39

E-Mail: [winterthur@fabrik11.ch](mailto:winterthur@fabrik11.ch)



 FABRIK11



## Startprozedere Pro Rennen

Die Athleten springen nach dem Startschuss hintereinander ins Wasser (ca. jede Sekunde 2 Athleten). Nach 50m muss in einer Reihe gegen den Uhrzeigersinn geschwommen werden. Es gilt Rechtsverkehr.



Int. Pro Race Triathlon 500m

Max. 10 Personen pro Bahn



# «Nachhaltig und von hier.»

Sven Riederer, Fabrik11

strom wallisellen

meine-energieversorgung.ch

Jetzt wählen



die werke

komfortabel leben

## Rad

- Es sind **Rennvelos, Zeitfahräder** und **Mountainbikes** erlaubt
- Das tragen eines Velohelms ist **obligatorisch**
- Die **Startnummer muss** erst beim **Velo getragen** werden.

## Radstrecke

Wir sind bemüht, den Athleten eine möglichst verkehrsfreie/-arme Strecke zur Verfügung zu stellen. Trotzdem gelten die normalen Verkehrsregeln, welche strikt einzuhalten sind. Autos, Spaziergänger, sowie andere Freizeitsportler können die Wettkampfstrecke überqueren oder mitbenützen.

## Windschatten

Das Fahrradfahren ist in allen Triathlon-Kategorien ausser dem Pro Rennen ein Einzelzeitfahren. Windschattenfahren hinter oder neben einem/einer Teilnehmer ist verboten. Der Minimalabstand beträgt gemäss den Bestimmungen von Swiss Triathlon 10 Meter.

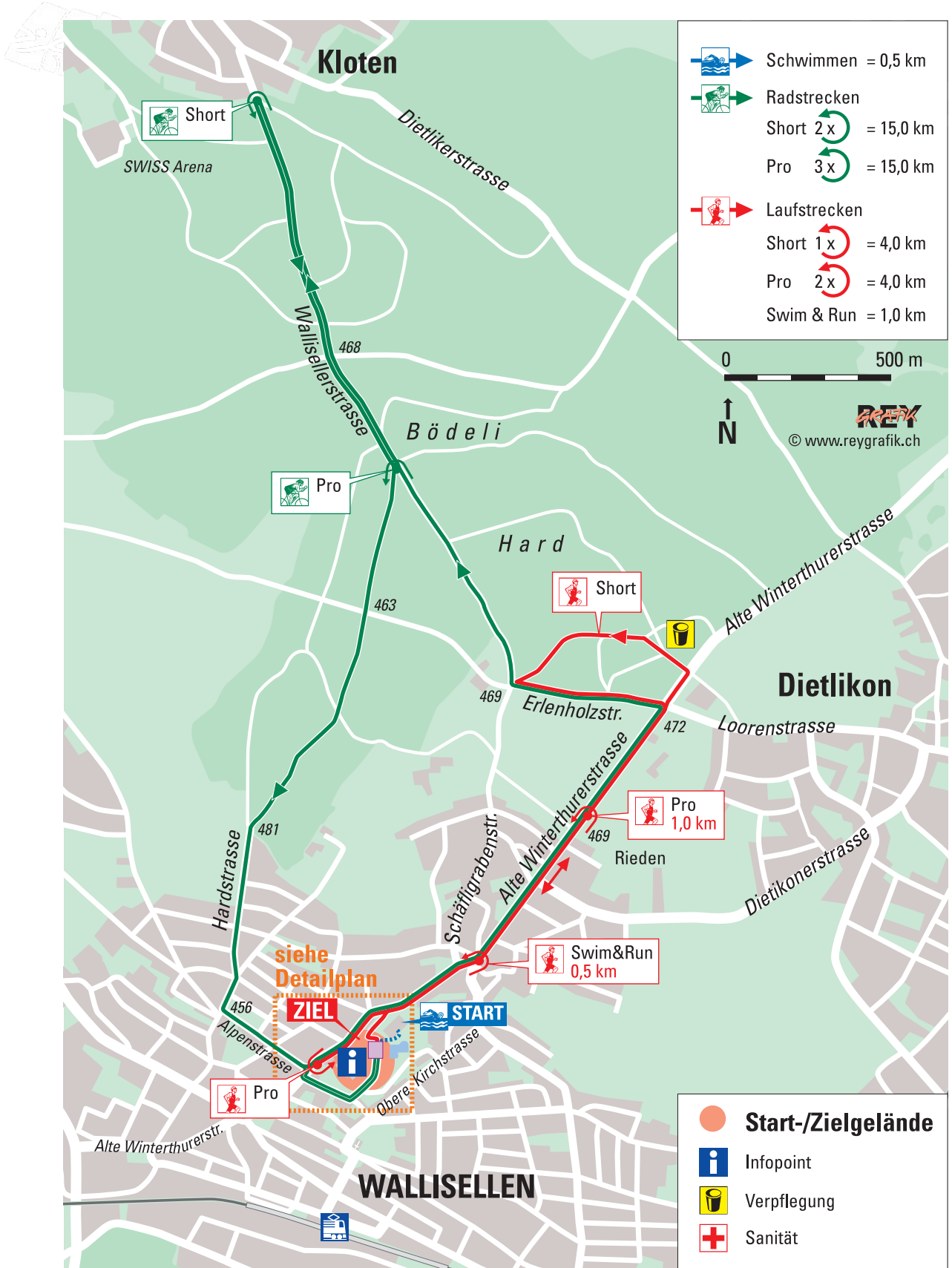
## Laufen

Auf der Laufstrecke muss der Oberkörper bedeckt sein und Laufschuhe müssen getragen werden. Die Startnummer sichtbar vorne.

## Verpflegung Laufstrecke

Für die Kategorie Short gibt es in der Mitte der Laufstrecke ein Verpflegungsposten mit Wasser. Im Ziel (Recovery Area) können sich alle Teilnehmer ausreichend verpflegen. Es stehen Sponser Getränke und Riegel, Kuchen, Wasser und Früchte zur Verfügung.

# Wallisellen Triathlon, Rad- und Laufstrecken



- Schwimmen = 0,5 km
- Radstrecken
  - Short 2 x = 15,0 km
  - Pro 3 x = 15,0 km
- Laufstrecken
  - Short 1 x = 4,0 km
  - Pro 2 x = 4,0 km
  - Swim & Run = 1,0 km

0 500 m

↑ N

**REYF**  
© www.reygrafik.ch

- Start-/Zielgelände**
- Infopoint
- Verpflegung
- Sanität

**Achtung, neue Streckenführung!**



SPONSER  
YOUR  
BEST



Alles über Triathlon:



[WWW.SPONSER.CH](http://WWW.SPONSER.CH)



*see you there!*  
**9.9.2023**  
**Triathlon Festival**  
CAMPUS SURSEE Sportarena

- Age Group Schwimmtraining
- Wettkampf Regio League Finale
- Mixed Team Chasing Wettkämpfe (Legends Team, Nationalteam und Age Group Team) im «Supersuper» Sprint Format
- Swiss Triathlon Partner Village
- Festwirtschaft mit Bar, Grill und Musik
- Besichtigung der Sportarena, nationales Leistungszentrum von Swiss Triathlon
- Siegerehrungen der Serien (Regio, Youth und National League, Duathlon Series)

by **SWISS**  
TRIATHLON

**PÜNKTLICH ZUM  
WETTKAMPF?  
MIT DER VBG LÄUFT'S GLATT.**



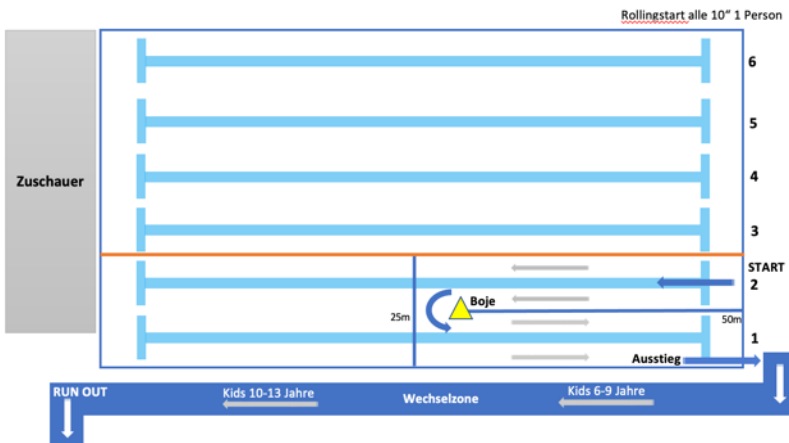
**B G**

**Glattal.Bahn.Bus.**



## Wechselzone

Die Wechselzone für den Schüler Swim & Run befindet sich im Hallenbad. Die 50m lange Strecke ist durch ausgebildetes Personal gesichert.



Check-In: 13:00 – 13:30  
Check-Out: 14:00 – 14:20

## Swim & Run



## Laufen

Auf der Laufstrecke muss der Oberkörper bedeckt sein und Laufschuhe müssen getragen werden.





**SCHWIMM  
COACH**  
SCHWIMMCOACH.CH

Du bist Triathlet\*in & Schwimmen ist Deine Angstdisziplin?  
Schwimmen kostet Dich zu viel Kraft & macht Dir kein Spass?

Ich helfe Dir durch

- individuelles Coaching,
- mit Videoanalysen &
- spezifischen Schwimmprogramme

so dass Du endlich effizienter & schneller  
crawl schwimmen kannst.

**Kontakt**

mario@schwimmcoach.ch  
www.schwimmcoach.ch



**USTER  
TRIATHLON**  
POWERED BY FABRIKWIJ



**9.-10.09.2023**

Das Multisport Weekend für die ganze Familie  
mit Triathlon, Seeüberquerung und SUP Race!



Register now



**25.-26.08.  
2023**



**CHALLENGE  
DAVOS**  
wearetriathlon!

A BUCKETLIST Triathlon  
for the whole family!



+ NIGHTRUN,  
KIDS SWIM&RUN AND  
ROLLERSKI-EVENT

## **Expo und Bike-Doktor**

Auf dem Wettkampfgelände befinden sich Stände von POWERLAB und SKINFIT. Der Bike Doctor auf Platz ist Hafner's Rad.

## **Garderoben/Duschen**

Am Sonntag stehen im Hallenbad Garderoben, Toiletten und Duschen zur Verfügung. In der Mehrzweckhalle hat es zusätzliche Toiletten.

## **Wertsachendepot**

Am Sonntag stehen die Garderoben mit abschliessbaren Kästchen im Hallenbad zur Verfügung.

## **Sanität/Arzt**

Ein gut ausgebildetes Samariter-Team stehen für Notfälle auf dem Eventgelände zur Verfügung. Notfall Nummer: 043 543 09 15

## **Race-Package**

Jeder Athlet erhält:

- Startnummer
- ZeroD-Badekappe
- Stirnband (Finisher Geschenk)
- Sponser Sport Food Verpflegung
- Zeitmessung mit Abschnittszeiten
- Kostenloser Eintritt ins Hallenbad
- Siegerehrung für Rang 1-3 pro Kategorie mit attraktiven Preisen

## **Reglement**

Es gilt im Grundsatz das Reglement von **Swiss Triathlon**.

Das gesamte OK TEAM und alle Helfer freuen sich Dich am 16. April in Wallisellen begrüßen zu dürfen. Wir wünschen Dir eine gute Vorbereitung und viel Spass beim 12. Wallisellen Triathlon.

Weitere Infos findest Du auf:

- Website: [www.wallisellentriathlon.ch](http://www.wallisellentriathlon.ch)
- Facebook: [www.facebook.com/wallisellentriathlon](http://www.facebook.com/wallisellentriathlon)
- Instagram: [www.instagram.com/triathlon\\_uster\\_wallisellen/](http://www.instagram.com/triathlon_uster_wallisellen/)



## EIN GROSSES DANKESCHÖN AN UNSERE PARTNER!

### Hauptsponsor



### Co-Sponsor



### Partner



### Supporter

