

Sportstätten und Parkplätze:

- 1 Königsbad Forchheim
- 2 Sportinsel Forchheim
- 3 Vereinsheim, Krottental 13
- 🚶 Fußgängersteg



2020 SWIM & RUN

SSV FORCHHEIM



am 28.03.2020



powered by

**STADTWERKE
FORCHHEIM**

 **SchwimmSportVerein
SSV Forchheim e.V.**

18. Forchheimer Swim & Run am 28.03.2020

Veranstalter: SSV Forchheim – Triathlonabteilung

Das Schwimmen findet im Königsbad statt. Es starten mehrere Schwimmer auf einer Bahn. Danach ist Pause und der Wettkampftross zieht zur Sportinsel um.

Entsprechend des Zeitabstandes beim Schwimmen starten die Teilnehmer beim Laufen (Jagd-Start), so dass derjenige der als erstes die Ziellinie überquert auch der Sieger ist.

Jahrgänge	Schwimmen	Laufen
Jahrgang 2013/14	50 m	0,2 km
Jahrgang 2011/12	100 m	0,4 km
Jahrgang 2009/10	200 m	1 km
Jahrgang 2005-08	300 m	2,5 km
Jahrgang 2004 u. älter	600 m	5 km
Staffel	600 m	5 km

Check in: ab 9:30 Uhr an der Kasse des Königsbads Forchheim

Wettkampf- um 10:00 am Beckenrand
Besprechungen: (Schwimmbahneinteilung)
Schwimmstart in verschiedenen Blöcken

Laufstart: ab 13:00 Sportinsel Forchheim

Dusche: auf der Sportinsel Forchheim

Verpflegung: kostenloses Finisherbuffet
Essen und Getränke bei Siegerehrung

med. Betreuung: Wasserwacht Forchheim

Siegerehrung: ab ca. 15.00 Uhr vor Ort

Finisher der Jahrgänge 2009 und jünger erhalten eine Medaille bei Zieleinlauf.
Alle anderen Finisher erhalten ein Geschenk.

Wertung: JG13/14, JG 11/12, JG09/10, JG 07/08,
JG 05/06, JG 03/04,
Jahrgang 2002 und älter,
jeweils weiblich und männlich, sowie
Staffel

18. Forchheimer Swim & Run am 28.03.2020

Parkmöglichkeiten: Königsbad und Sportinsel Forchheim

Infos und Anmeldungen unter:

www.SwimandRun-Forchheim.de

Startgeld bei Anmeldung:	bis 28.02.20	bis 24.03.20
Jahrgang 2013/14	4 EUR	7 EUR
Jahrgang 2009-12	8 EUR	11 EUR
Jahrgang 2005-08	13 EUR	18 EUR
Jahrgang 2004 u. älter	20 EUR	24 EUR
Staffel	29 EUR	35 EUR

Das Startgeld beinhaltet die Nutzung des Königsbades (Rutschen, etc.; keine Sauna!) bis 12:00.

Das Startgeld wird automatisch vor dem Wettkampf per Lastschrift vom Bankkonto abgebucht.

Meldeschluss: 24.03.2020

ACHTUNG: Keine Nachmeldung, da Teilnehmerlimit!

!!! Teilnehmerlimit ca. 150 Personen!!!



18. Forchheimer Swim & Run am 28.03.2020

Mit freundlicher Unterstützung von:



ZOLLEIS
Das Profi-Team für Ihr Auto...

Autohaus Zolleis
Daimlerstr. 4a
91301 Forchheim
Tel: 09191 / 6169-0
www.zolleis.de

S Sparkasse
Forchheim

RITTER
Spedition Lager Verpachtung

**STADTWERKE
FORCHHEIM**