Special Triathlon HARZ

Sonntag, 13. September 2026 | Thale

mit Begegnungscamp und Trainingsangeboten
für Menschen mit und ohne geistige Behinderung

Veranstalter:	Special Olympics Sachsen-Anhalt (SOSA)	
Partner:	Evangelische Stiftung Neinstedt (ESN)	
Ort:	**Blankenburg** (Trainings- und Begegnungscamp) **Thale und Umgebung** (Triathlon und Schnuppertage)	
Datum:	7. Juni und 17. Juni	Schnuppertage
	8. bis 11. September	Trainingscamp
	11. bis 13. September	Begegnungscamp
	13. September	Triathlon
Meldefrist:	10. Juli	

Gefördert durch die Aktion Mensch
VIEBROCKHAUS
SACHSEN-ANHALT
#moderndenken

www.special-triathlon-harz.de
Louis Wonneberger | Tel. 0345 77407078 | louis.wonneberger@sachsen-anhalt.specialolympics.de
Winfried Knorr | Tel. 03947 99367 | winfried.knorr@neinstedt.de

Teilnahmeberechtigung

Teilnahmeberechtigt sind Athlet*innen mit geistiger Behinderung sowie Unified Partner*innen (Sportpartner*innen ohne geistige Behinderung). Eine Ausnahme stellt der Jedermensch-Triathlon dar (s.u.).
Mehr Informationen findest du hier: Teilnahmeberechtigung und Unified Sports®
Trainer*innen können keine Unified Partner*innen beim Wettbewerb sein.

Neuerung: Jedermensch-Triathlon

In der neuen Disziplin „Jedermensch-Triathlon" ist das Ziel, die Inklusion zwischen Sportler*innen mit und ohne Behinderung zu entwickeln. Inklusion heißt für uns dabei, dass Triathlet*innen mit und ohne geistige Behinderung gemeinsam in den Wettbewerb gehen und ihre Kräfte messen. Die Wertung der Jedermensch-Triathlon Disziplin erfolgt nach allgemeingültigen Sportregeln (Wertung Plätze 1-3) im Einzel auf ausgewählten Strecken.

Das Mindestalter in allen Disziplinen beträgt 14 Jahre (Stichtag 13. September 2026). Ausnahmeregelungen bezüglich Alter gelten nach Rücksprache.

Teilnahmepauschale

Sportler*innen:

- Einzel: 25€ (Mitglied SO) / 40€
- Staffel / Tandem: 40€ (Mitglied SO) / 50€

Betreuer*innen:

- 5€

Alle Pauschalen enthalten eine Mittags- sowie Getränkeverpflegung.

Der Gesamtbetrag ist nach Rechnungsstellung zu überweisen.
Informationen zur Mitgliedschaft bei Special Olympics (SO) findest du hier: Mitglied werden

Verpflegung

Beim Triathlon werden Mittagessen, Wasser still oder mit Sprudel und Obst / Müsliriegel gestellt.
Im Sommerbad Thale gibt es außerdem einen kostenpflichtigen Imbisstand.

Teilnehmendenzahl

Die max. Teilnehmendenzahl liegt bei 200 Sportler*innen.
Bei mehr Anmeldungen wird nach Mitgliedschaft SO und Anmeldedatum entschieden.

Meldungen

Bis zum Meldeschluss ist eine namentliche Meldung aller Teilnehmenden und aller Betreuungspersonen mittels der Meldeformulare abzugeben. Für Teilnehmende am Wettbewerb muss zudem die jeweilige Disziplin angegeben werden. Jede Delegation muss eine*n Cheftrainer*in bestimmen. Diese*r ist Ansprechperson für den Veranstalter, nimmt am Cheftrainertreffen teil und ist für seine Delegation vor Ort verantwortlich. Einzelstarter*innen können diese Rolle selbstständig übernehmen.

Abmeldungen sind bis zum 3. August möglich. Bei späteren Abmeldungen behält der Veranstalter sich vor, eine Stornierungsgebühr in Höhe der Teilnahmepauschale zu erheben.
Ummeldungen in gleicher Disziplin sind bis 11. September möglich.
Ummeldungen von Betreuungspersonen sind jederzeit möglich.

Betreuungsschlüssel

Ein Betreuungsverhältnis von 1:3 wird empfohlen.

Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt online über die Website des Triathlons: Special Triathlon Harz
Nachfragen zur Anmeldung bitte an Louis Wonneberger richten:
E-Mail louis.wonneberger@sachsen-anhalt.specialolympics.de, Telefon 0345 77407078

Klassifizierung

Das Klassifizierungssystem von Special Olympics ist der fundamentale Unterschied zu allen anderen Sportorganisationen und ermöglicht Sportler*innen aller Leistungsstufen faire und spannende Wettbewerbe. Es gibt keine Ausscheidungswettbewerbe, sondern Wettbewerbe in verschiedenen Leistungsgruppen. Sieger*innen und Platzierungen werden für jede einzelne Leistungsgruppe ermittelt. Der Leistungsunterschied innerhalb der Gruppe soll nicht mehr als 15% (Richtwert) betragen. Die homogenen Leistungsgruppen sollten mindestens drei, maximal acht Athlet*innen umfassen, wodurch es zu alters- und zum Teil geschlechtsübergreifenden Gruppen kommen kann.
Die Zusammenstellung der Leistungsgruppen (=Klassifizierung) erfolgt nach Wettbewerbsende anhand der erreichten Leistung. Grundsätzlich gilt: Nicht das Gewinnen, sondern das faire und gemeinschaftliche Miteinander stehen im Vordergrund.

Wertung und Siegerehrung

Die Wertung erfolgt in allen Disziplinen gemäß dem Prinzip der Klassifizierung. Eine Ausnahme stellt dabei die Disziplin Jedermensch-Triathlon dar. In diesem erfolgt eine Gesamtwertung aller teilnehmenden Sportler*innen.

Die Siegerehrung findet im Anschluss an den Triathlon und innerhalb der Leistungsgruppen statt. Die Plätze 1 bis 3 einer Leistungsgruppe werden mit Medaillen, die nachfolgenden mit Platzierungsschleifen geehrt. Disqualifizierte Teilnehmer*innen erhalten eine Teilnahmeschleife.

Protest

Die Ergebnislisten müssen 30 min vor Beginn der Siegerehrung zur Einsicht vorliegen. Innerhalb dieser Zeitspanne kann ein Protest an die Wettbewerbsleitung gerichtet werden.

Ablauf der Veranstaltung

Trainings- und Begegnungscamp	Dienstag, 8. September bis Freitag, 11. September 2026 Trainingscamp in Blankenburg Freitag, 11. September 2026 bis Sonntag, 13. September 2026 Begegnungscamp in Blankenburg Mehr Informationen zu Trainings- und Begegnungscamp findet ihr auf der Website des Special Triathlon Harz.
Samstag, 12. September	Samstag, 12. September 2026 14:00 bis 16:00 Uhr freies Training im Sommerbad Thale Ab 15:00 Uhr gemeinsames Abfahren der Radstrecke 16:00 bis 16:30 Uhr Ausgabe der Unterlagen 16:30 bis 17:30 Uhr technische Kontrolle und Abgabe Fahrräder 17:30 bis 18:00 Uhr Cheftrainertreffen Für die Ausgabe der Unterlagen, die technische Kontrolle und Abgabe der Fahrräder und das Cheftrainertreffen besteht Teilnahmepflicht für alle Delegationen, die am Triathlon teilnehmen möchten!
Triathlon (unter Vorbehalt)	Sonntag, 13. September 2026 09:00 bis 09:30 Uhr Eröffnung Triathlon 09:30 Uhr Start Triathlon Ab 13:30 Uhr Siegerehrungen 15:00 Uhr Ende des Triathlons Ab 15:00 Uhr Rückgabe Fahrräder ca. 16:00 Uhr Abreise Die Rückgabe der Fahrräder erfolgt nach Ende der Veranstaltung per Ticket durch den Veranstalter. Eine zeitigere Ausgabe ist nicht möglich. Wir bitten alle Delegationen, sich entsprechend die volle Veranstaltungszeit einzuplanen und von einer zeitigeren Abreise abzusehen.

Begegnungscamp

Wir empfehlen den Triathlet*innen und Begleitpersonen die Möglichkeit, im Begegnungscamp zu übernachten. Unabhängig von diesem Angebot stehen rund um Thale weitere Übernachtungsmöglichkeiten zur Verfügung, die bei Interesse eigenverantwortlich organisiert werden müssen.
Im Begegnungscamp erleben alle Teilnehmer*innen Begegnung und Inklusion. Die Sportler*innen haben die Möglichkeit zum Kennenlernen und zum sozialen Austausch. Wir freuen uns auf die Begegnungen im Camp und den sportlich-fairen Wettbewerb beim Triathlon.
Mehr Informationen zum Begegnungscamp finden sich auf der Website des Triathlons: Special Triathlon Harz

Wollen Sie die Umgebung kennenlernen, dann besuchen Sie doch das naheliegende Bodetal, den Hexentanzplatz in Thale, die Welterbestadt Quedlinburg, die Teufelsmauer am südlichen Rand von Weddersleben oder den Naturerlebnisspielplatz Engelsmühle auf dem Marienhof.
Nähere Informationen finden Sie unter www.bodetal.de oder unter www.neinstedt.de.

Sollten Sie Interesse an einer Führung innerhalb der Evangelischen Stiftung Neinstedt haben, sprechen Sie uns frühzeitig an (nur bei Voranmeldung möglich).

Trainingsangebote

Im Rahmen des Special Triathlon Harz gibt es sowohl für Interessierte vorweg wie auch für alle Teilnehmenden verschiedene Trainingsangebote.

Schnuppertrainings für Interessierte an inklusiven Tandems

Im Juni werden zwei Schnuppertrainings für Interessierte angeboten. Diese sollen ein Kennenlernen der Sportart ermöglichen und eine Plattform bieten, weitere Sportler*innen kennenzulernen. Insbesondere sollen die Schnuppertrainings Raum zur Schaffung von Unified Paaren (Tandems) geben, welche dann gemeinsam am Triathlon im September teilnehmen können. Mehr Informationen finden sich auf der Website: Schnupper-Triathlon

Trainingscamp der Evangelischen Stiftung Neinstedt

Ein zusätzliches Angebot dieses Jahr ist zudem das Trainingscamp der Evangelischen Stiftung Neinstedt. In diesem Trainingscamp möchten wir den Triathlet*innen die Möglichkeit bieten, sich sportlich auf den Special Triathlon Harz vorzubereiten, sich bei gemeinschaftlichen Aktivitäten kennenzulernen und Freundschaften aufzubauen. Mehr Informationen finden sich auf der Website: Special Triathlon Harz

Triathlon

Wann? Sonntag, 13. September 2026 | 9:00 Uhr Eröffnung Triathlon
Wo? Sommerbad Thale | Blankenburger Straße 26 | 06502 Thale

Disziplinen:

Einzel
Athlet*in bewältigt
alle drei Disziplinen allein

Staffel
drei Athlet *innen bilden eine Staffel
jede*r bewältigt eine Disziplin

Unified Paar (Tandem)
Athlet*in und Partner*in
bewältigen alle Disziplinen
gemeinsam

Unified Staffel
zwei Athlet *innen und ein*e Partner*in
bilden eine Staffel
jede*r bewältigt eine Disziplin

Neu: Jedermensch-Triathlon (limitierte Startplätze)
Sportler*in (Person mit oder ohne Behinderung) bewältigt alle drei Disziplinen allein. Alle Sportler*innen treten in einer gemeinsamen Start- und Bewertungsgruppe an. Die Vergabe der Startplätze erfolgt nach Anmeldung (first come, first serve.)

Distanzen		
Einzel / Staffel / Unified Paar (Tandem) / Unified Staffel		
	Jedermensch-Triathlon	
Option 1	Option 2 (Super Sprint)	Option 3 (Sprint)
150 m Schwimmen 10 km Radfahren 2,5 km Laufen	350 m Schwimmen 10 km Radfahren 2,5 km Laufen	750 m Schwimmen 20 km Radfahren 5 km Laufen

Das Tragen einer Startnummer ist für die Rad- und Laufstrecken verpflichtend. Die drei Disziplinen des Triathlons - Schwimmen, Radfahren und Laufen - werden nacheinander durchgeführt. Dazwischen gibt es zwei Wechselzonen. Die Wertungszeit der Triathlet*innen beinhaltet alle drei Disziplinen mit Wechselzeiten. Daher sind schnelle und konzentrierte Wechsel wichtig und ins Training einzubeziehen. Alle Ausrüstungsgegenstände müssen in den Wechselzonen an den zugewiesenen Plätzen lagern. In der Wechselzone müssen die Sportler*innen die Fahrräder schieben.
Bei zu geringen Teilnehmendenzahlen je Kategorie behält sich der Veranstalter vor, in Absprache mit den Delegationen Veränderungen vorzunehmen.

Fahrradabgabe und Cheftrainertreffen

Am Vortag des Wettbewerbes, dem 12. September, finden von 16:30 bis 18:00 Uhr die Abgabe der Fahrräder und das Cheftrainertreffen statt. Hier werden die Startunterlagen ausgeteilt, wichtige Informationen von der Wettbewerbsleitung gegeben und es besteht die Möglichkeit für Rückfragen. Es besteht Teilnahmepflicht Der Veranstalter behält sich vor, Delegationen, die nicht teilnehmen, vom Wettbewerb auszuschließen.

Sportregeln Triathlon

Der Wettbewerb findet nach den Sportregeln von Special Olympics statt.
Die Regeln können hier eingesehen werden.
Die Sportart Triathlon wird hier in leichter Sprache erklärt.

Unterstützung von Sportler*innen:

Sollten Sportler*innen besondere Unterstützungsbedarfe haben, muss eine Beantragung bei der Wettbewerbsleitung im Cheftrainer-Treffen am 12. September erfolgen. Die Entscheidung erfolgt im Interesse der Sportler*innen.

Strecke

Schwimmen

Der Schwimmwettbewerb findet im Sommerbad in Thale statt.
Schwimmbekleidung ist erforderlich. Der Start erfolgt in Kleingruppen. Eine sichere Schwimmfähigkeit ist Voraussetzung und liegt in der Verantwortung der Delegationen.
Die Athlet*innen dürfen den Schwimmstil frei wählen. Neoprenanzüge dürfen bei Wassertemperaturen auf eigenes Risiko (Wasser enthält Chlor, welches schädlich für Neopren ist) bis zu 21°C angezogen werden. Weitere Hilfsmittel sind nicht erlaubt. Beim Ausziehen des Neoprenanzugs darf Unterstützung in Anspruch genommen werden.
Der Veranstalter behält sich witterungsbedingte Anpassungen vor.
Die Strecke wird von Rettungsschwimmer*innen abgesichert.

Radfahren

Auf dem hügeligen Rundkurs muss eine Steigung von 69 Metern absolviert werden. Das Fahren im Windschatten ist untersagt und wird mit einer Zeitstrafe am Ende des Wettbewerbs geahndet. Die Streckenbeschaffenheit lässt den Einsatz aller Fahrradtypen zu. Ein sicherer Umgang mit dem Rad und ein technisch einwandfreier Zustand des Rads sind Voraussetzung (Rad muss renntauglich* sein; muss jedoch nicht StVO entsprechen) und liegen in der Verantwortung der Delegationen. Die Strecke wird an wichtigen Stellen abgesichert.
Es besteht Helmpflicht. Dreiräder sind erlaubt, müssen jedoch steigungstauglich sein!

Laufen

Auf dem Rundkurs muss eine Steigung von 25m überwunden werden. Die Athlet*innen dürfen laufen oder gehen. Die Streckenbeschaffenheit beinhaltet sowohl befestigte Abschnitte (geteert, gepflastert) als auch bedingt befestigte Abschnitte (Feldwege, Spazierwege). Geeignete

Laufschuhe, insbesondere für bedingt befestigte Wege, sind notwendig. Die Strecke wird an wichtigen Stellen abgesichert. Eine Begleitung durch Teammitglieder oder externe Helfer*innen ist nicht vorgesehen. Ausnahmefälle müssen mit dem Veranstalter abgestimmt werden.

*geprüft wird: Bereifung und Luftdruck, Bremsen, allgemeiner Zustand: z.B. feste Sattelstütze, Lenksystem etc., Lenkerendstopfen müssen vorhanden sein

Adressen

Start und Ziel Triathlon : Sommerbad Thale / Blankenburger Straße 26 / 06502 Thale

Die Adressen des Begegnungscamps und der Trainingsangebote finden sich auf den betreffenden Abschnitten der Website: Special Triathlon Harz

Formulare und rechtliche Hinweise

Die Ausschreibung und die Formulare stellen wir auf der Website zum Triathlon zur Verfügung: Special Triathlon Harz

Rechteeinräumung Film und Foto
Die Erklärung zu Film- und Fotorechten muss bei der Online-Anmeldung bestätigt werden.
Selbsterklärung zur Sporttauglichkeit
Die Sporttauglichkeit der Sportler*innen muss bei der Anmeldung bestätigt werden.
Nachweis geistige Behinderung
Der Veranstalter behält sich vor, eine Prüfung der Zugangsvoraussetzungen für den Special Triathlon Harz vorzunehmen.
Rechtliche Hinweise
Für alle Teilnehmenden besteht Versicherungsschutz (Haftpflicht, Unfall, Rechtsschutz) über den Veranstalter. Wir bitten um Beachtung der Erklärung zum Datenschutz.

Kontakt

Special Olympics Sachsen-Anhalt (SOSA): Ansprechpartner Teilnehmende
Louis Wonneberger
E-Mail louis.wonneberger@sachsen-anhalt.specialolympics.de
Tel. +49 345 77407078, Mobil +49 155 60753664

Evangelische Stiftung Neinstedt (ESN): Ansprechpartner Sport
Winfried Knorr
E-Mail winfried.knorr@neinstedt.de
Tel. +49 3947 99 367