Special Triathlon HARZ

Triathlon für Menschen mit einer

- geistigen Behinderung
- ab 14 Jahren.

Menschen ohne geistige Behinderung können beim Jedermensch-Triathlon mitmachen.

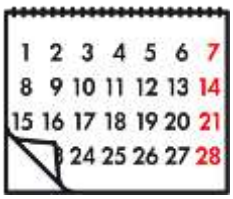
Veranstalter:

Special Olympics Sachsen-Anhalt

Partner:

Evangelische Stiftung Neinstedt

Wann?



7. und 17. Juni 2026 **Schnupper·tage**

8. bis 11. September 2026 **Trainings·camp**

11. bis 13. September 2026 **Begegnungs·camp**

13. September 2026 **Special Triathlon Harz**

Wo?

Der Triathlon und die Schnupper·tage sind in Thale.

Sommerbad Thale

Blankenburger Straße 26

06502 Thale

© Europäisches Logo für einfaches Lesen: Inclusion Europe

Das Begegnungs·camp und das Trainings·camp sind in Blankenburg.

Mönchemühle

An der Mönchemühle 1

38889 Blankenburg

Was ist ein Triathlon?

Beim Triathlon müssen Sie:

- **Schwimmen**

Sie schwimmen 150 Meter im Sommerbad Thale.

Oder 350 Meter als **Super Sprint**.

Oder 750 Meter als **Sprint.**

Sie brauchen Bade·kleidung.

- **Radfahren**

Sie fahren 10 Kilometer mit dem Rad.

Oder 10 Kilometer als **Super Sprint**.

Oder 20 Kilometer als **Sprint.**

Es geht nur leicht bergauf.

Sie müssen einen Helm aufsetzen.

- **Laufen**

Sie laufen 2,5 Kilometer.

Oder 2,5 Kilometer als **Super Sprint**.

Oder 5 Kilometer als **Sprint.**

Die Strecke ist gerade und gesichert.

© Europäisches Logo für einfaches Lesen: Inclusion Europe

Einzel·starter können alle 3 Sport·arten machen.
Sie können auch in einer Staffel starten.
In einer Staffel sind 3 Sportler.
Jeder Sportler macht dann eine Sport·art.

Die Sportler starten in Leistungs·gruppen.
Das ist fair und gerecht.
Für alle Sportler gibt es eine Auszeichnung.

Anmeldung

Sie müssen sich bis zum **10. Juli 2026** anmelden.
Das müssen Sie im Internet machen.
www.special-triathlon-harz.de
Dort gibt es auch weitere Infos.
Jeder Teilnehmer am Triathlon bekommt ein Verpflegungs·paket.

Was kostet das?

Sie müssen ein Startgeld bezahlen.
Eine Mannschaft bezahlt 50 Euro pro Person.
Special Olympics Mitglieder bezahlen 40 Euro pro Person.

Wer allein startet, bezahlt 40 Euro.
Special Olympics Mitglieder bezahlen 25 Euro.
Betreuer zahlen 5 Euro pro Person.

Evangelische Stiftung Neinstedt | Fachzentrum für Leichte Sprache
© Europäisches Logo für einfaches Lesen: Inclusion Europe

Ablauf

8. bis 11. September 2026 Trainings·camp in Blankenburg

11. bis 13. September 2026 Begegnungs·camp in Blankenburg

Samstag 12. September 2026

- 14 bis 16 Uhr Training im Sommerbad in Thale
- 15 Uhr Training Abfahren der Radstrecke
- 16 bis 16:30 Uhr Ausgabe der Start·unterlagen
- 16:30 bis 17:30 Uhr technische Fahrrad·kontrolle
- 17:30 bis 18 Uhr Einweisung
  Der Triathlon wird erklärt.
  Alle müssen da sein.

Sonntag 13. September 2026 Special Triathlon Harz

- 9 Uhr Eröffnung
- 9:30 Uhr Start
- ab 13:30 Uhr Sieger·ehrung
- 15 Uhr Ende
- bis 16 Uhr Rückgabe Fahrräder und Abreise

Haben Sie Fragen?

Winfried Knorr
039 47- 99 368 oder 0151 70 20 54 28
winfried.knorr@neinstedt.de

Louis Wonneberger
03 45 – 77 40 70 78 oder 0155 60 75 36 64
louis.wonneberger@sachsen-anhalt.specialolympics.de

© Europäisches Logo für einfaches Lesen: Inclusion Europe

Machen Sie mit.

Wir machen fairen Sport.

Unterstützer Special Triathlon Harz

© Europäisches Logo für einfaches Lesen: Inclusion Europe