



13. Rockie-Man Triathlon

Samstag, 12.09.2026

www.rockieman-triathlon.de

info@rockieman-triathlon.de

Ausschreibung



Der Rockie-Man Triathlon ist mittlerweile Tradition geworden und lockt jährlich zahlreiche Sportler*innen aus nah und fern nach Rockenhausen. Bei diesem Hobbytriathlon darf jeder mitmachen, der schwimmen kann, ein Fahrrad besitzt und gerne Sport treibt.

Kommt alleine oder gemeinsam mit zwei weiteren Sportler*innen im Team und erlebt unvergesslich sportliche Momente in Rockenhausen.

Als zusätzlicher Event zu unserem 77. Nordpfälzer Herbstfest fördert der Triathlon außerdem die sportlichen Ambitionen in und um die Stadt Rockenhausen.

Veranstalter: Stadt Rockenhausen und Vereinigte Turnerschaft Rockenhausen

Termin: Samstag, 12.09.2026 um 10:00 Uhr

Start / Ziel: Stadion Obermühle in Rockenhausen

Check-In: Samstag, 12.09.2026 ab 07:30 Uhr

Wertung: w/m Jugend, Frauen, Männer, Altersklassen alle 10 Jahre; Team

Startgeld: Einzelstarter: 35,00 €

Team: 75,00€

Anmeldung: über Webseite www.rockieman-triathlon.de bis 08.09.2026

Ergebnislisten: über Webseite www.rockieman-triathlon.de

Distanzen: 0,3 - 15 – 3 km

Strecken

Schwimmen (0,3 km)

- im Freibad Obermühle
- Pro Bahn max. 10 Teilnehmer*innen
- 2 Startgruppen
- Wechselzone am Stadion Obermühle

Radfahren (15 km)

- Es besteht Helmpflicht!
- Die Radrunde führt 9x durch die Stadt -> Stadion, Obermühle, Kaiserslautererstr., Damian-Kreichgauerstr., Ringstraße, Mühlackerweg;
- genaue Beschreibung online
- E-Bikes oder sonstige Antriebe jeglicher Form sind nicht gestattet.

Laufen (3 Km)

- Führt durch die Stadt -> Brühlgasse, Damian-Kreichgauer Str.-, Mühlackerweg, Obermühle, Degenbachtal, Trimm-Dich-Pfad, Stadion Obermühle
- Ziel im Stadion Obermühle
- genaue Beschreibung online

Siegerehrung

- Gegen 12:30 Uhr auf dem Sportgelände Obermühle
- Jede/r Teilnehmer*in erhält eine Urkunde sowie ein hochwertiges Finisher-T-Shirt

Wertungen

A. Einzelwertung

In Startgruppe 1 startet um 10:00 Uhr ein Teil der Einzelstarter*innen. Diese absolvieren alle drei Disziplinen fortlaufend.

B. Teamwertung / Familienwertung

In Startgruppe 2 starten um 10:30 Uhr die verbleibenden Einzelstarter*innen sowie alle Teams. Ein Team besteht aus drei Athleten. Einer schwimmt, einer fährt, einer läuft, die Wertung erfolgt als Team. Die Wechsel zwischen den einzelnen Disziplinen erfolgen mittels Übergabe einer Schärpe.

Allgemeine Hinweise

- Die Benutzung von E-Bikes oder sonstige Antriebe an den Rädern sind unter keinen Umständen gestattet.
- Nach dem Wettbewerb stehen Duschmöglichkeiten im Sportheim zur Verfügung.
- Für Essen und Trinken wird auf dem Sportgelände Obermühle gesorgt
- Die Streckenabspernung wird von Polizei, Ordnungsamt, der Feuerwehr sowie VTR Mitgliedern übernommen, es gilt die StVO.
- Medizinische Notversorgung am Sportgelände bzw. auf der Strecke durch das DRK
- Jede*r Teilnehmer/in startet auf eigenes Risiko!!!
- Die Veranstalter übernehmen keine Haftung für Unfälle, Diebstahl oder sonstige Schadensfälle
- Alle Teilnehmer*innen werden gebeten, nur bei entsprechender sportlicher Vorbereitung und guter körperlicher Verfassung an den Start zu gehen!
- Das Mindestalter beträgt 14 Jahre
- Es erfolgt keine elektronische Zeitnahme.
- Hinweis zur Parksituation: -> während der Veranstaltung kann die gesamte Strecke nicht befahren werden, Athleten und Zuschauer sollten am Stadion parken, weitere Parkplätze in der Kaiserslauterer-Str.
- Der Veranstalter behält sich Änderungen jeglicher Art aufgrund der aktuellen Situation vor.

Weitere Informationen unter:

www.rockieman-triathlon.de

