

# KITZBÜHEL TRIATHLON



www.  
triathlon-  
kitzbuehel.com



SPRINT  
TRIATHLON



STAFFEL  
BEWERB



EUROPA  
CUP



KITZ-TRI  
GAMES

17. JUNI 2023

11.30 Uhr Sprint

14:00 Gamsstadt Staffeltriathlon

16:00 Europe Triathlon Cup

18. JUNI 2023

ab 8:00 KitzTRIGames



Kitzbühel

TRI/AUSTRIA  
www.triathlon-austria.at

Egger

EXENBERGER  
elektro - technik



**SPARKASSE**   
Kitzbühel



# #glaubandich

BEOSOUND EXPLORE

## Ihr langjähriger Reisegefährte.

Der Beosound Explore ist ein hochleistungsfähiger Outdoor-Lautsprecher, der für Abenteuer aller Art gemacht wurde. Inspiriert durch die robuste Schlichtheit traditioneller Outdoor-Ausrüstung, wurde er mit dem Ziel konzipiert, Sie über viele Jahre hinweg zu begleiten.



**BANG & OLUFSEN**

Exenberger Elektro-Technik  
Jochberger Straße 129  
A-6370 Kitzbühel



**In der Natur  
zu Hause.**

# SEIT 9 JAHREN HÄUPTLING DER TRIATHLET:INNEN

Liebe Triathlonfreunde, liebe Leser:Innen des Triathlonmagazines!

Die Zeit vergeht wie im Flug. Für mich als Vereinsobmann steht die bereits 9. Triathlonveranstaltung vor der Türe.

Parallel zum Beruf ist die Organisation nicht immer ganz einfach, jedoch „far away from home“ eine sehr wichtige und richtige Abwechslung für mich.

Die Zeiten haben sich geändert, und trotz aller Routine, die wir im gesamten Team besitzen, wird die Organisation mit den Jahren jedoch nicht unbedingt einfacher.

Besonders schön zu sehen ist jedoch der tolle Zusammenhalt und der respektvolle Umgang innerhalb des Organisationsteams.

Ein abwechslungsreiches Rennwochenende für alle Altersklassen, von Nachwuchs- über Breiten- und Elitesport erwartet uns. Allein für die Kitz Tri Games haben sich Nachwuchsathlet:Innen aus über 15 Nationen angemeldet und gewisse Altersklassen sind schon seit Wochen ausgebucht. Das zeigt welcher Beliebtheit sich unser Bewerb in Kitzbühel erfreut. Heuer findet sogar die österreichische Meisterschaft bei uns statt.

Ein weiteres Highlight erwartet uns neben dem Age Group und Elite Bewerb beim „Gamsstadt Staffel Triathlon“ für Firmen, Vereine und Jedermann. Hier steht der Spaß und der Team Gedanke im Vordergrund.

Ich möchte mich auf diesem Wege bei allen Helfern, Partnern und Sponsoren bedanken, die uns den Kitzbühel Triath-



© Roman Swidrak, Wolfgang Fuchs und Manfred Bachmann (v.l.n.r.)

lon 2023 ermöglichen! Wir wissen das sehr zu schätzen.

Wir wünschen nun allen Teilnehmer:Innen noch eine gute Vorbereitung und unfallfreie und erfolgreiche Rennen.

*Let´s tri together...*

*Wolfgang & Team*

## ENTDECKEN SIE DAS TIROLER LEBENSGEFÜHL

Lebensfreude und Leichtigkeit, Natur und Nachhaltigkeit – im Grand Tirolia Kitzbühel können Sie Ihren Urlaub ganz entspannt genießen. Freuen Sie sich auf die größten Zimmer und Suiten der Gamsstadt, das 2.000 m<sup>2</sup> große Grand Alps Spa, exquisite Kulinarik mit regionalen Produkten, fassgereifte Spirituosen in der Cooper Bar und den Golf Course Eichenheim, einen der schönsten Europas.

WHERE MOMENTS MAKE MEMORIES



Eichenheim 10 | 6370 Kitzbühel | Österreich  
T +43 5356 666 15 | F +43 5356 666 155 59  
info.grandtirolia@homage-hotels.com  
www.homage-hotels.com



GRAND TIROLIA  
KITZBUHEL

# ... EINFACH DIE PERFEKTE MISCHUNG

## UNSER GRUNDSTEIN: EIN TOP TEAM

Unter der Leitung von Vereinsobmann Wolfgang Fuchs und dem Renndirektor Roman Swidrak setzt ein Team von rund 12 LOC Mitgliedern den Kitzbühel Triathlon um.

In enger Kooperation mit Kitzbühel Tourismus, der Stadt Kitzbühel und vielen freiwilligen Helfern aus den Vereinen werden in der Rennwoche mehr als 100 Personen für eine perfekte Triathlon Veranstaltung sorgen.

Immer wieder zeigt uns der Triathlonverein, dass Jung und Alt zusammen Großartiges schaffen, wenn sie Hand in Hand gehen. Jeder lernt von jedem und Gemeinsam ist man unschlagbar.

Voller Stolz präsentieren wir die fleissigen Seelen hinter dem Kitzbühel Triathlon, die das ganze Jahr über die Geschicke leiten.

Am 17. Februar 2023 fand die Jahreshauptversammlung des Vereins statt und im Rahmen von Neuwahlen wurden Obmann Wolfgang Fuchs, Obmann Stv. Roman Swidrak, Kassier Manfred Bachmann, Kassier Stv und sportliche Leiterin Viktoria Jöchel und Schriftführerin Julia Oberhauser-Fuchs bestätigt.

Das Team ergänzen nun Marilena Swidrak als Schriftführer Stv, Alexander Pfurtscheller im Bereich Kommunikation und Florian Klingler als Materialwart.

Unser Dank gilt Anne-Kathrin Kaul für ihre Unterstützung in der Vergangenheit - sie schied aus dem Vorstand aus bleibt dem Verein als aktives Mitglieder erhalten.



Eventdirektor & Obmann:  
Wolfgang Fuchs



Renndirektor: Roman Swidrak  
& Co: Marilena Swidrak



Strecke: Florian Klingler



ORGA +Helfer: Viktoria Jöchel



Zeremonienmeister: Peggo Jöchel



Media: Alex Pfurtscheller



PR/Media: Julia Fuchs



Anmeldung: Manfred Bachmann



Wechselzone: Mona Ritter



Wechselzone: Simona Erber



Burgi Berger / F&B

# WILLKOMMEN IN KITZBÜHEL



Am 17. und 18. Juni steht die Hahnenkammstadt wieder ganz im Zeichen des Triathlon-Sports. Ein vielseitiges Programm von Spitzensport mit einem Elite European Cup über Amateursport beim Jedermann Sprint bis hin zu den KitzTriGames, einem der größten Nachwuchs Triathlons Europas wird geboten. Und endlich, wieder nach Corona, veranstaltet der Triathlonverein Kitzbühel auch 2023 wieder den Gamsstadt Firmen & Jedermann Staffeltiathlon.

*1 Schwimmbrille, 1 Radhelm, 1 paar Laufschuhe, viel Teamspirit, noch mehr Fans und jede Menge Spaß, Muskelkater optional....*

Das braucht man beim **Gamsstadt Staffeltiathlon**, einem Bewerb, wo der Spaß, die Freude an der Bewegung, Teamgeist und Teambuilding im Vordergrund stehen. Es gibt verschiedenste Wertungsklassen neben Firmen- und Jedermannwertung kann man sich auch entscheiden, ob man bei der Brustschwimmerwelle oder bei der Kraulschwimmerwelle startet. Vor allem die Firmen sind dem Triathlonverein ein großes Anliegen, findet man hier doch die Möglichkeit auch in der Freizeit zusammenzuwachsen und gemeinsam eine tolle Erfahrung zu haben.

Es gibt keine Ausreden: die Distanzen wurden mit 200 m Schwimmen, 6 km Radfahren und 2 km Laufen für jeden machbar gewählt, - kurz ein Triathlon für Jedermann/Frau! Jede Staffel besteht aus 3 Startern, wobei Mixed Teams, Damen und Herren Teams zugelassen sind. Gestartet wird am Samstag

den 17. Juni ab 14.00 Uhr. Gespannt ist Wolfgang Fuchs, Obmann des Triathlon Vereins vor allem auf die Wertung „best dressed Team“ - wer diese Wertung wohl gewinnen wird?

Wem die Staffel Distanzen dann doch zu kurz sind, der kann sich beim **Age Group Sprint Triathlon** (750 m swim, 18 km bike und 5 km run) am Samstag ab 11.30 Uhr mit anderen Athleten: innen messen. Zudem zählt der Kitzbüheler Sprint Triathlon auch zu den Qualifikationsrennen für die Europe Triathlon Europameisterschaft 2024 auf der Sprintdistanz, der noch die wichtigen Punkte liefern kann, um dort einen Startplatz zu ergattern.

Erfreulicherweise vertritt Kitzbühel mit dem Zuschlag des **Elite Europe Triathlon Cup** auch wieder Österreich im Rennkalender der European Triathlon Union (ETU) und empfängt damit auch 2023 wieder die besten Athleten: innen Europas. Bis auf zwei Ausnahmen (2015 und das Pandemiejahr 2020) befindet sich die Gamsstadt damit immer auf dem internationalen Rennkalender. Am Samstag, den 17. Juni 2023, ab 16 Uhr wird es für die Elite am Schwarzsee diesmal über die Sprintdistanz gehen.

Tags darauf, am 18. Juni wird dann wieder der Nachwuchs mit einem der größten nationalen und internationalen Nachwuchswettrennen im Mittelpunkt stehen. Die **KitzTriGames** sind damit krönender Abschluss am Rennsonntag. Die Bewerbe zählen gleichzeitig zum ÖTRV Super Sprint Nachwuchscup, als auch zum EUREGIO ASVÖ Kindertriathlon Zug und begrüßen alljährlich

mehr als 400 junge Triathleten: innen aus über 15 Nationen. Im Rahmen der KitzTriGames werden auch die Tiroler und Österreichischen Meister ermittelt, die vielleicht einmal Österreich bei der nächsten Olympiade vertreten werden.

Das Gelände rund um das Rennzentrum am Schwarzsee bietet für Athleten: Innen, aber auch für Zuschauer ideale Voraussetzungen für spannende Rennen. Der Eintritt zu allen Rennen ist frei.

**Infos & Anmeldung unter:**  
[www.triathlon-kitzbuehel.com](http://www.triathlon-kitzbuehel.com)



# GRUSSWORTE



STADT KITZBÜHEL



Kitzbühel hat im Triathlonsport eine lange Tradition. Bereits in den 1980er und 1990er Jahren wurden Wettkämpfe rund um den Kitzbüheler Schwarzsee ausgetragen. Seit der Wiederbelebung der Triathlonveranstaltungen im Jahr 2006, steht Kitzbühel wieder

alljährlich ganz im Zeichen dieses faszinierenden Ausdauersports.

Heuer finden neben den Elite Europacupbewerben auch wieder der Jedermann Sprint für die Amateure sowie die schon bewährten KitzTRIGames rund um den Schwarzsee statt. Für Spannung und vor allem auch Spaß ist bei dem zusätzlich sattfindenden Gamsstadt Firmen & Jedermann Stafelfriathlon gesorgt.

Durch das umfangreiche Rahmenprogramm steht Kitzbühel am 17. und 18. Juni wieder ein Wochenende lang ganz im Zeichen des Triathlonsports. Dem Organisationsteam und den vie-

len freiwilligen Helfern, die das alles erst ermöglicht haben, sei an dieser Stelle ausdrücklich gedankt.

Die Stadt Kitzbühel steht voll hinter dieser Veranstaltung, die ein wichtiger zusätzlicher Impuls für den Sommertourismus ist. Den Sportlern und Organisatoren wünschen wir spannende Wettkämpfe sowie viele Zuschauer rund um das Veranstaltungsgelände am Schwarzsee.

Mit sportlichen Grüßen  
**Dr. Klaus Winkler**  
Bürgermeister der Stadt Kitzbühel.



Liebe TriathletInnen, wir freuen uns außerordentlich, dass sich Kitzbühel ein weiteres Mal als Austragungsort eines Elite Europa Cups bewähren konnte und freuen uns auf europäische SpitzenathletInnen,

die vom 16. bis 18. Juni 2023 ihre Fähigkeiten unter Beweis stellen. Die sportlichen Höchstleistungen, gepaart mit der einzigartigen Naturlandschaft Kitzbühels, ist bereits seit 1998 ein Fixpunkt und besonderer Auftakt in unserer sportlichen Sommersaison.

So ist es uns auch heuer wieder eine besondere Ehre, an diesen zwei Tagen die Triathlon Elite Europas bei uns in Kitzbühel begrüßen zu dürfen und die Bilder ihrer großartigen Leistungen in die Welt zu senden.

Ein besonderer Dank gilt dem Kitzbüheler Triathlonverein mit seiner

## Kitzbühel®

Vielzahl an Helfern und Organisatoren sowie den zahlreichen freiwilligen Helfern und Sponsoren, die jedes Jahr tatkräftig unterstützen, um diese exzellente Sportveranstaltung auf die Beine zu stellen.

Mit den besten sportlichen Grüßen

**Dr. Viktoria Veider-Walser**  
Geschäftsführende Obfrau von Kitzbühel Tourismus



Der Triathlonsport hat spätestens seit der Aufnahme in das olympische Programm im Jahr 1994 und dem Olympiasieg der Wahl-Kitzbühelerin Kate Allen einen weltweiten Erfolgslauf angetreten und erfreut sich auch in Österreich ständig steigender Be-

liebtheit. Es freut uns daher sehr, dass heuer erneut in Kitzbühel ein Triathlon-Europacupbewerb ausgetragen werden kann. Vor allem für unsere jungen Kaderathlet:innen ist Kitzbühel ein wichtiger Meilenstein am Weg Richtung Olympische Spiele, gilt es doch beim Heim-Europacup gegen über 100 Athlet:innen aus rund 25 Nationen wichtige Punkte für die Welttrangliste zu erkämpfen. Neben dem Europacup freuen wir uns ebenso wieder Österreichs besten Nachwuchs am Start zu sehen. Erneut dürfen wir beim hochwertigsten Nachwuchsbewerb Österreich die Titel in den Nachwuchs-Altersklassen vergeben. Darauf

sind wir stolz und dafür sagen wir ein besonderes Dankeschön. Danke daher an allen Organisatoren, insbesondere an den Triathlonverein Kitzbühel um OK-Chef Wolfgang Fuchs und dem Team des ÖTRV und TRVT, sowie bei den Sponsoren und Partnern für die geleistete Arbeit und Unterstützung.

Allen Athlet:innen wünschen wir unfallfreie und spannende Rennen in einer wunderbaren Naturkulisse. Wir sehen uns an der Rennstrecke!

**Walter Zettinig**  
ÖTRV Präsident



Sehr geehrte Damen und Herren,  
 liebe Athletinnen und Athleten!

Am 17. und 18. Juni steht Kitzbühel wieder ganz im Bann des Triathlon-Sports.

Zwischen Jubel und Emotion, Ausdauer und Erschöpfung: Sei es der Elite European Cup, der Jedermann—Sprint oder der Staffeltiathlon für Firmen – rund 800 Athletinnen und Athleten machen den Kitzbühel Triathlon heuer wieder zu einem internationalen Spektakel.

Ein besonderes Highlight und ganz im Zeichen des Nachwuchses stehen die KitzTriGames, eine der größten Kinder- und Jugendtriathlons Europas mit rund 400 Anmeldungen aus über 15 Nationen.

Als zuständiger Sportreferent ist es mir ein besonderes Anliegen, Kinder und Jugendliche für Sport und Bewegung zu begeistern. Damit tragen wir nicht nur der Bedeutung des Sports Rechnung, sondern sorgen auch für das bewegte Aufwachsen von Kindern und Jugendlichen sowie die Förderung von Leistung und Talent!

Für den Triathlonverein Kitzbühel ist die Ausführung des Triathlons eine Aufgabe, die der Verein mit seinen vielen fleißigen Mitgliedern sowie Helferinnen und Helfern auch dieses Jahr wieder bestens meistern wird – fanden in Kitzbühel bis jetzt doch immer top organisierte und hochspannende Wettkämpfe statt.

In diesem Sinne wünsche ich dem gesamten Verein rund um Obmann Wolfgang Fuchs und allen Beteiligten ein erfolgreiches Triathlon-Wochenende und allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern wünsche ich viel Freude auf und abseits der Strecke, unfallfreie Rennen und sportliche Erfolge.

Euer  
 Dr. Georg Dornauer  
 1.LHStv und Sportreferent





Liebe Freunde des Triathlonsports,  
Liebe Athlet:innen,  
Liebe Kinder,

Ich möchte dieses Jahr mein Vorwort im Magazin dazu nutzen, um mich einem Thema zu widmen, mit welchem wir, als größter Sportdachverband Österreichs, mittlerweile nahezu täglich konfrontiert werden.

Die Arbeit unserer unzähligen, ehrenamtlichen Sportfunktionär\*innen und Trainer\*innen ist in den letzten Jahren sehr intensiv, zeitraubend und bürokratisch geworden.

All diese Dinge führen dazu, dass wir es mit einem akuten und spürbaren Mangel an ehrenamtlich engagierten Personen, die sich in den Dienst des organisierten Sports stellen, zu tun haben.

Um dem entgegenzuwirken und weiterhin Menschen zu finden, die bereit sind, ihre Freizeit und ihr Know-How dem Sport und vor allem auch der gesunden Zukunft unserer Kinder zu widmen, hat sich der ASVÖ Tirol das Thema „Ehrenamt“ als Schwerpunkt für die nächsten 5 Jahre auf die Fahnen geheftet. Alle zusammen arbeiten wir daran, Maßnahmen zu kreieren, die es unseren Vereinen ermöglichen, dem drohendem Engpass erfolgreich entgegenzuwirken.

Veranstaltungen wie der Triathlon in Kitzbühel zeigen eindrucksvoll auf, welchen Stellenwert der organisierte Sport in unseren Breitengraden und darüber hinaus hat und es wäre töricht, wenn wir uns auf den Lorbeeren, die gerade solch professionell vorbereitet und mit Top-Athlet\*innen aus nah und fern besetzte Veranstaltungen mit sich bringen, ausruhen.



Wir müssen die Herausforderungen, mit denen wir alle konfrontiert werden, annehmen und uns gemeinsam darauf vorbereiten.

Ich bin guter Dinge, dass wir das, nach all den Strapazen, mit denen wir in jüngster Vergangenheit zu kämpfen hatten, auch erfolgreich bewältigen werden.

Diese ganze Thematik ist ein guter Grund mehr, mich mit diesem Vorwort ganz besonders bei all jenen zu bedanken, die dazu beitragen, dass solche Veranstaltungen in unserem schönen Bundesland ausgetragen werden können.

Wiederum wurden -in bereits gewohnter Manier - weder Kosten noch Mühen gescheut, um das Wochenende, welches ganz im Zeichen des Triathlon steht - zu einem Event der Sonderklasse zu machen. Auch in diesem Jahr werden den Nachwuchshoffnungen Bühnen geboten, um sich zu messen und zu präsentieren. Das ist eine Tatsache, die ich sehr schätze und für mich persönlich sind die KitzTriGames das Highlight des Wochenendes.

Ich wünsche allen Athlet\*innen, Trainer\*innen und Organisator\*innen verletzungsfreie Wettkämpfe und spannende Aufeinandertreffen.

Ich darf versichern, dass der ASVÖ Tirol auch weiterhin als treuer Partner zur Verfügung steht und verbleibe

Mit sportlichen Grüßen

**Hubert Piegger**  
Präsident des ASVÖ Tirol

**ASVÖ**  
Tirol





**SCHWEIZERHOF**  
Aktivhotel - Kitzbühel  
\*\*\*\*

Beste Lage

T +43 5356 62735  
www.hotel-schweizerhof.at



**Willkommen**

**KITZBÜHELER  
HOTELVEREIN KHV**

**ERIKA**  
BOUTIQUEHOTEL  
KITZBÜHEL

T +43 5356 64885  
www.erika-kitz.at

**BICHLHOF**

T +43 5356 64022  
www.bichlhof.at



**HOTEL ZUR TENNE**

T +43 5356 64444-0  
www.hotelzurtenne.com



**Kempinski Hotel  
Das Tirol**  
JOCHBERG - KITZBÜHEL ALPS

T +43 5355 50100  
www.kempinski.com/de/hotel-das-tirol



**GRAND TIROLIA**  
KITZBÜHELER

T +43 5356 6661 5  
www.hommage-hotels.com

**Hotel Kitzhof**  
MOUNTAIN DESIGN RESORT \*\*\*\*\*

T +43 5356 63 211-0  
www.hotel-kitzhof.com

**AROSA**

Kitzbühel  
T +43 5356 65660-0  
www.a-rosa.at/kitzbuehel



**FAMILY HOTEL**  
REITH - KITZBÜHEL

T +43 5356 66477  
www.lisihotel.com



**LEBENBERG**  
SCHLOSSHOTEL - KITZBÜHEL

T +43 5356 6901  
www.daslebenberg.com



T +43 5356 63366-0  
www.dasreich.com

**Bruggerhof**  
CAMPING - RESTAURANT - HOTEL

T +43 5356 62806  
www.bruggerhof-camping.at

**SCHWARZER ADLER**  
KITZBÜHEL

T +43 5356 6911  
www.adlerkitz.at

\*\*\*\*  
**Eggerwirt**

Das Herz Kitzbühels

T +43 5356 62455  
www.eggerwirt-kitzbuehel.at



**WEISSES ROESSL**  
KITZBÜHEL  
\*\*\*\*\*

T +43 5356 71900  
www.roesslkitz.at

**KAISERHOF**  
HOTEL  
\*\*\*\*\*

T +43 5356 75503  
www.hotel-kaiserhof.at



**HOTEL RESCH**  
Kitzbühel

T +43 5356 62294  
www.hotel-resch.at

**Q!HOTEL**  
Maria Theresia

T +43 5356 64711  
www.lock-hotels.com



FRAUENSCHUH

*Store Kitzbühel:* Josef-Herold-Straße 13-15 | A-6370 Kitzbühel | +43 (0) 5356 642 61

*Store München:* Residenzstraße 23 | D-80333 München | +49 (0) 89 262 010 018

[www.frauenschuh.com](http://www.frauenschuh.com) | Instagram: @frauenschuh\_official

# SPRINT TRIATHLON

Für alle AKTIVEN sowie Neu-, Um- und Wiedereinsteiger ein ideales Rennformat auf der Elite Strecke über die Sprint Distanz. Von 16 bis über 80 Jahre wer-

den die Teilnehmer beim Open Race der Age Group über die Sprint Distanz sein. Die Klasseneinteilung erfolgt in 10 Jahressprünge. Das Rennen ist ein ÖTRV

Qualifikationsrennen für die Triathlon Age Group EM 2024.



## ZEITPLAN



Freitag 16. Juni | Friday, 16th June 2023

**17:00 - 19:00** Startnummernausgabe, Nachmeldung / Zelt Event Area registration, late entry, race bag pick-up at the tent

Samstag 17. Juni | Saturday, 17th June 2023

**09:00-11:00** Startnummernausgabe, Nachmeldung / Event Area, central tent

**10:15** Wettkampfbesprechung /race briefing / Event Area, central tent

**10:45 - 11:15** Wechselzone Check-In / Transition Check in / Transition Area

**11:15** Startaufstellung / Athletes introduction / Pre - Start Area

**11:30** **Start Sprint Triathlon** / Swim start

**13:00-13:15** Wechselzone Check out / Transition Check out / Transition Area

**15:00** Preisverteilung / Award Ceremony / Event Area, central tent



# FÜR ÖSTERREICH AM START



Valencia EM, Team Austria © Sven Christian Seele

## INTERNATIONAL AM START

Heuer fand die Europameisterschaft in Madrid statt. 83 Athlet:innen zählte das schlagkräftige rot-weiß-rote Age Group Team.

Der Zeitpunkt und der Ort für die Europe Triathlon **Europameisterschaft 2024** über die Sprintdistanz stehen derzeit noch nicht fest. Fix ist jedoch, dass der ÖTRV mit einem Österreicher Haus am Wettkampfort vertreten sein wird. Die letzten Jahre haben gezeigt, dass Spaß und gute Stimmung dabei garantiert sind. Gemeinsam mit dem Partner TRAVELLING TO SUCCESS wird es ein optionales Reisepackage für alle Starter:innen geben. Du startest und TRAVELLING TO SUCCESS und der ÖTRV kümmern sich um den Rest!

Neben dem Europacupbewerb und den Österreichischen Meisterschaften im Nachwuchs, die auch zum ÖTRV-Nachwuchscup 2023 zählen, wird der Sprintdistanzbewerb einer von nur wenigen österreichweiten Qualifikationsbewerben für die Age Group Sprint-Europameisterschaft 2024 sein.

Das bedeutet, dass in allen Altersklassen Qualifikationsplätze vergeben werden, welche den Start bei der Sprint-Europameisterschaft 2024 möglich machen.

## SLOT SICHERN

**Mit deinem Start beim Kitzbühel Sprinttriathlon bist du automatisch im Rennen um einen EM-Slot.**

Alles weitere, was du benötigst, ist eine ÖTRV-Jahreslizenz, welche vor dem Rennen gelöst werden muss.

Pro Altersklasse gibt es bei jedem Qualifikationsrennen drei Qualifikationsplätze (ausgenommen Ö(ST)M-Bewerbe mit fünf Plätzen). Die Restplätze, d.h. die nicht angenommenen Qualifikationsplätze, werden bei einem letzten Qualibewerb 2024 vergeben. Hat die Qualifikation funktioniert, wirst du im Herbst kontaktiert und kannst deinen Startplatz in Anspruch nehmen.



Age Group Team Austria, München 2022 © Sven Christian Seele



# 20 ct/kWh



## NEUER netto Energiepreis!

KitzAktuell 07.23 / Tarif gültig ab 01.07.2023 bis zu einem Jahresverbrauch von 100.000 kWh

**Arbeitspreis: 20,00 ct/kWh netto**

25,56 ct/kWh brutto (= netto + 6 % Gebrauchsabgabe + derzeit 0,1 ct/kWh Elektrizitätsabgabe + 20 % USt.)

**Grundpreis: 5,00 €/Monat netto**

6,36 €/Monat brutto (= netto + 6 % Gebrauchsabgabe + 20 % USt.)

Tarif ist gültig für alle Haushalts- und Kleingewerbekunden (inkl. Landwirtschaft) bis zu einem Jahresverbrauch von 100.000 kWh (egal welches Lastprofil!). Es gelten die Allgemeinen Stromlieferbedingungen (ALB) der Stadtwerke Kitzbühel e.U., Stand 19.05.2022. In den angeführten Preisen nicht enthalten sind: Netznutzungs- und Netzverlustentgelt, Messleistung sowie die gesetzlich vorgegebenen Zuschläge, Beiträge, Förderbeiträge und Abgaben, wie beispielsweise der Erneuerbaren-Förderbeitrag und die Erneuerbaren-Pauschale.

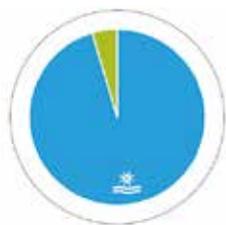
### Stromkennzeichnung:

Versorgermix 01-2022 bis 12-2022

#### Technologie

95,41 % aus Wasserkraft

4,59% aus sonstigen erneuerbaren Energieträgern

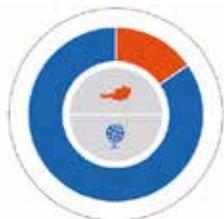


#### Herkunft

50,52 % der Nachweise kommen aus Norwegen

34,08 % der Nachweise kommen aus Schweden

15,04 % der Nachweise kommen aus Österreich



Unser neues Angebot werden wir Ihnen in den kommenden Wochen übermitteln.

Nottegger & Seifinger / Adobe Stock

*Schnelligkeit* **Ausdauer** *Kraft*  
**Hingabe** *Durchhalten* **Wille**

**Der Schlüssel zum Erfolg!**  
 Elektrotechnik vom Fachmann  
 Vertrauen Sie uns Ihr Projekt an.

Gänsbachgasse 2  
 6370 Kitzbühel  
 +43 5356 622 91

 elektro.obermoser

**OBERMOSER**

# WILDALP

EIN MOMENT NATÜRLICHKEIT



basischer  
pH-Wert



Natürliches  
Quellwasser



Streng  
kontrolliert



MEHR INFOS  
FINDEST DU  
ONLINE!

EINFACH  
QR-CODE  
SCANNEN

[www.wildalp.at](http://www.wildalp.at)



## WE ARE FAMILY



### SPERRE PARKPLATZ SCHWARZSEE

- Mo. 12.6.2023 ab 8:00 bis Di. 20.6.2023, 06:00 Uhr

### EINBAHNREGELUNG Mo. 12.6.2023, 6:00 Uhr bis Mo. 20.6.2023 - 20:00 Uhr

- ab ÖBB Haltestelle auf der Schwarzseestraße bzw. Straße am See bis Einfahrt Bruggerhof (Fahrtrichtung Reith erlaubt).



### STRASSENSPERREN

- Fr. 16.6.23: Straße am See von Hotel Bruggerhof bis zur ÖBB Haltestelle von **14:30 - 20:00 Uhr**.
- 17.6.-18.6.23: Straße am See von Hotel Bruggerhof bis zur ÖBB Haltestelle Übergang in die Schwarzseestraße bis zur Einmündung in den Seebichlweg (Höhe Sinnwell) **06:00 - 20:00 Uhr**.

**ANHALTUNGEN** Seebichlweg vom Hotel Seebichl bis Kreuzung Seebichlweg/Schwarzseestraße an den Renntagen zu folgenden Zeiten (zw. den Anhaltungen, wird der Verkehr, auf Anordnung der Polizei, immer wieder freigegeben):

#### FREITAG 16.6.

15:00 - 15:30 Uhr

offizielle Radstrecken- besichtigung  
inkl. B170/L202

#### SAMSTAG 17.6.

ohne B 170

11:25 - 12:40 Uhr  
13:55 - 14:35 Uhr

inkl. B 170 um:  
15:50 - 16:45 Uhr  
17:50 - 18:45 Uhr

#### SONNTAG 18.6.

07:55 - 08:25 Uhr  
08:40 - 09:25 Uhr  
10:05 - 10:45 Uhr  
11:45 - 12:25 Uhr  
15:10 - 16:15 Uhr



\*) Änderungen vorbehalten

Wir bitten um Verständnis, wenn es aus renn- oder wettertechnischen Gründen notwendig ist den Zeitplan anzupassen.

# „ZOMMHÖFN“ - EIN GROSSES DANKE

## In wenigen Tagen ist es wieder soweit!

Die Sportstadt Kitzbühel erwartet 19 Nationen, bis zu 1000 Starter:innen, darunter vor allem sehr viele Kinder und Jugendliche.

Aber dieser Artikel soll einen anderen, äußerst wichtigen Personenkreis vor den Vorhang holen.

## Die „guten Seelen des Sports“, des freiwilligen Engagements.

Die Rede ist von jenen Personen, die Jahr für Jahr tatkräftig an Ort und Stelle sind. Menschen, mit deren Hilfe vieles geht oder mit anderen Worten, jene, ohne die gar nichts geht, aber auch wirklich gar nichts!

Die Rede ist von den vielen freiwilligen Helfer:innen, die sich schon, wie man aus Insiderkreisen hört, auf die Suche nach essentiellen Hilfsmitteln, wie Kabelbindern, Arbeitshandschuhen, Trillerpfeifen, Akkuschauber, Staplerführerschein, Reservehelm für den Kameramann, Kuchenrezepte, Teppichmesser, Streckenpläne, Listen,... und ähnliches begeben haben, um jedes Jahr wieder im Morgengrauen am Schwarzsee „aufzutauchen“, ihre bereits altbekannten Posten zu beziehen, die Teilnehmer:innen anzuheuern, und mit einer „Gaudi“ dabei sind.

Man könnte beinahe schon von einer großen Gemeinschaft sprechen, deren Mitglieder für 2 Tage ihre gewohnten Pfade verlassen, um für Nachwuchs, Hobby- und Elitesport samt deren Unterstützer ein würdiges und wie aus Athletenkreisen immer wieder zu hören ist, einzigartiges Ambiente vorzubereiten. Aber nicht nur das. Es sind mittlerweile Tage des oft auch lustigen „Zsamhoifens von jung und „junggebliebenen“ !

## Was wäre eine Veranstaltung ohne sie?

Fest steht, Zusammenhalt ist ein wichtiges gesellschaftliches Element, das sich in vielen Bereichen zeigt. Der Beitrag, der durch ein freiwilliges Engagement für Kultur, soziale Dienste, Bildung, Katastrophenhilfe und auch den

Sport geleistet wird, kann nicht hoch genug gewürdigt werden.

Stellvertretend für die vielen freiwilligen Helfer:innen, möchten wir einige Personen vor den Vorhang holen, und ihren eigenen Gedanken zu ihrem Engagement Platz geben.

Es handelt sich um Kitzbüheler:innen, die nicht dem Triathlonverein angehören, und die sich dennoch für den Nachwuchs-, Hobby-, und Elitesport engagieren.

Danke, an alle die in den letzten Jahren dabei waren, und auch 2023 wieder die Ärmeln hochkrepeln!

Und...ja da war doch noch etwas Erwähnenswertes ...

Danke an alle, die im Vorjahr spontan gekommen sind, um die Sturmschäden rasch zu beheben! Das war gewaltig von dir/euch!



## Das sind WIR:



## Gitti Rankin

„I bin jedes Jahr bei mein „Gatterlposten“. „Des ist a super Platzerl, man ist sehr nahe am Geschehen.“ „ Die Athleten, Kinder und Jugendliche die dort vorbeikommen, push i dann no a bisserl, des freut sie,...da kommt oft a Lächeln retour, des is a nette Energie... und eine nette Helfergemeinschaft – a richtige Gaudi“



## Schaumberger Andrea und Gerhard:

„Vereine und deren Veranstaltungen sind ohne -Zweifel eine tragende Säule des gesellschaftlichen Lebens, vor allem im ländlichen Bereich.“

Wir alle profitieren vielfach davon. Das Mithelfen ist unser kleiner Beitrag, und ein Zeichen der Wertschätzung für all jene, die sich das ganze Jahr über engagieren und Vereine am Leben erhalten“!



**Clare Obermoser**

„Weil der Triathlonverein so viel ehrenamtlich für die Gemeinschaft macht, ist es für mich selbstverständlich mitzuhelfen, und somit etwas zurück zu geben.“



**Peter Zwicknagl**

„Ja, ich bin gerne jedes Jahr vor Ort. Die Aufbauwoche taugt mir, ich helfe gerne!“



**Hannes Gianmoena & Toni Ehrensperger**

„Wir sind eingessene Kitzbüheler mit Leib und Seele, sportbegeistert und helfen gerne bei diversen heimischen Vereinen.“

Speziell in der jetzigen Zeit, wo immer mehr Institutionen von außen hereindrücken, um mit dem Namen Kitzbühel groß in Erscheinung zu treten. Ich glaube wir haben sehr viele gute und tolle heimische Vereine, die immer wieder schöne und vor allem sehr gut organisierte Veranstaltungen durchführen. Besonders für Kinder und Jugendliche. Es ist äußerst wichtig, dass wir Kitzbüheler eng zusammenarbeiten. In diesem Sinne wünschen wir dem Triathlonverein wieder ein gutes Gelingen.“



*Danke*



www.osp.tirol

**Wer die Pflicht hat Steuern zu zahlen,  
hat auch das Recht Steuern zu sparen!**

STEUERBERATUNGS-WIRTSCHAFTSTREUHAND GMBH

6380 St. Johann i.T.	T +43 5352 628 50	6365 Kirchberg i.T.	T +43 5357 38 22
6370 Kitzbühel	T +43 5356 631 32	6345 Kössen	T +43 5375 22 08
6372 Oberndorf i.T.	T +43 5352 216 99	6323 Bad Häring	T +43 5332 228 88



**DR. OBERRAUCH, SEIWALD & PARTNER**  
STEUERBERATUNG – PERSONALVERRECHNUNG



# ERNEUERBARE ENERGIE

## ENERGIEMANAGEMENTSYSTEME

Anhand des Einbaus intelligenter Energiezähler und der Einführung eines Energiemanagementsystems erfassen Sie alle Energiedaten, lokalisieren mögliche Einsparpotenziale und setzen diese im Sinne der Nachhaltigkeit und der gesetzlichen Vorgaben um.

## PHOTOVOLTAIK-ANLAGEN

Geräuschlos und ohne großen Wartungsaufwand garantiert Ihnen eine Photovoltaik-Anlage die langfristige Versorgung mit Energie. Über Jahrzehnte hinweg können Sie so Ihren eigenen Strom erzeugen, Ihre Energiekosten reduzieren und zusätzlich einen positiven Beitrag für die Umwelt leisten.



## UNABHÄNGIG VON STROMLIEFERANTEN

Dank eigenem Kraftwerk lässt sich das Sonnenlicht über Photovoltaik ganz unabhängig von Ihrem Stromlieferanten und dessen Preisschwankungen in Strom verwandeln.

## ERHÖHUNG DES EIGENVERBRAUCHSANTEILS

In Kombination mit einem Stromspeicher können Sie Ihren erzeugten Strom speichern und auch noch zu Zeiten davon profitieren, in denen keine Sonne scheint.

## HOHER AUTARKIEGRAD ERREICHBAR

Mit Photovoltaik sind Sie Ihr eigener Stromanbieter. Solange Ihre Anlage die notwendige Energie erzeugt, um Ihren Wohnbereich mit Strom zu versorgen, sind Sie auf keine weitere Stromquelle angewiesen.

## KONTAKT

**MICHAEL BUCHER**

+43 5356 73399 34

bucher@kitz-elektro.at

[www.kitz-elektro.at](http://www.kitz-elektro.at)



**EXENBERGER**  
erneuerbare energie



**ANDREAS ANDERGASSEN**  
Montageleitung Photovoltaik

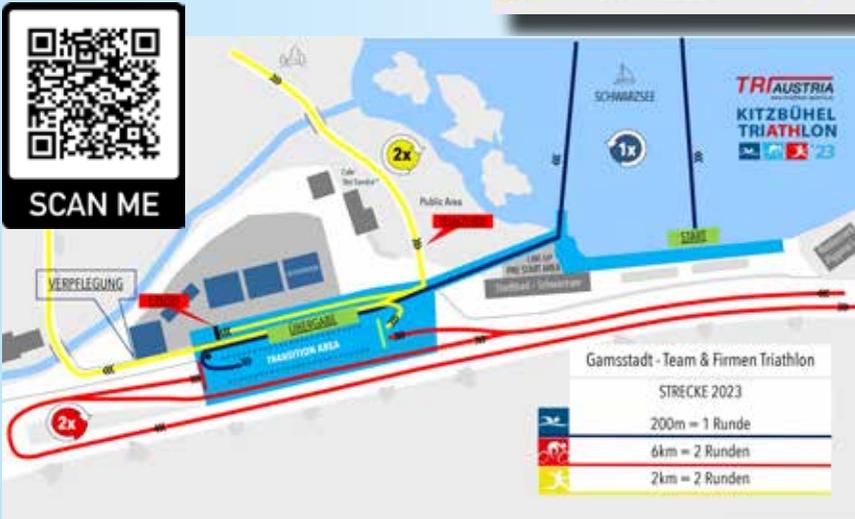
# GAMSSTADT STAFFEL TRIATHLON

**Sei dabei!** Du wirst sehen, wie viel Spaß es macht, als Team, am Start in Kitzbühel, am blauen Teppich zu stehen.

Es gibt eigene Wertungsklassen für Firmen und Jedermann Teams, wobei ein Team immer aus 3 Teilnehmern:innen besteht: 1er schwimmt, 1er radelt und 1er läuft.

Es sind Männer, Damen und Mixed Teams erlaubt. Man kann selbst wählen ob man in der Brustschwimmer oder Kraulschwimmerwelle starten möchte.

Kommt in eurem eigenen Team Outfit und gewinnt die „best dressed Wertung“.



## ZEITPLAN

**Freitag 16. Juni | Friday, 16th June 2023**

**17:00 - 19:00** Startnummernausgabe, Nachmeldung / Zelt Event Area registration, late entry, race bag pick-up at the tent

**Samstag 17. Juni | Saturday, 17th June 2023**

**09:00-13:00** Startnummernausgabe, Nachmeldung / Event Area, central tent

**13:00** Wettkampfbesprechung /race briefing / Event Area, central tent

**13:15 - 13:45** Wechselzone Check-In / Transition Check in / Transition Area

**13:45** Startaufstellung / Athletes introduction / Pre - Start Area

**14:00** **START Staffel Triathlon** / Swim start Bereich

**14:45-15:00** Wechselzone Check out / Transition Check out / Transition Area

**17:00** Preisverteilung / Award Ceremony / Event Area, central tent

# EUROPE TRIATHLON CUP

## ZEITPLAN / STRECKENPLÄNE



Kitzbühel  
2023



### Freitag, 16. Juni / friday 16<sup>th</sup> June

15:00	Bike familiarisation	start at mount line
15:30 - 16:30	Swim familiarisation	at the swim start
17:00	Race package pick-up	Event Area / central tent
18:00	Athletes Briefing	Event Area / central tent
followed by	Opening Pasta-Party	Event Area / central tent

### Samstag, 17. Juni / saturday 17<sup>th</sup> June

14:00	<b>ELITE w</b> / athletes lounge open / reg. & bike check	athletes lounge
15:15 - 15:45	<b>ELITE w</b> /athletes transition check in	transition area
15:50	<b>ELITE w</b> /athletes presentation	swim start
16:00	<b>ELITE w</b> /start	swim start
16:00	<b>ELITE m</b> / athletes lounge open / reg. & bike check	athletes lounge
17:00 - 17:15	<i>Check out women</i>	transition area
17:15 - 17:45	<b>ELITE m</b> / athletes transition check in	transition area
17:50	<b>ELITE m</b> / athletes presentation	swim start
18:00	<b>ELITE m</b> / start	swim start
19:00-19:15	<i>Check out men</i>	transition area
19:00	<i>Elite Women &amp; Men Medal Ceremony</i>	venue / athletes lounge
19:30	After Triathlon Party with DJ at the KC 750	town center, KulturCafe750



## LIVE STREAM

### Online LIVE

**jeweils: 15.45 + 17.45**

[www.k19.at](http://www.k19.at)

[www.sportdeutschland.tv](http://www.sportdeutschland.tv)

[www.tt.com](http://www.tt.com)

[www.kleine.at](http://www.kleine.at)

[www.sportpassaustria.at](http://www.sportpassaustria.at)

### Social Media LIVE:

Facebook: K19, Sportpass Austria, Kitzbühel Triathlon, Kitzbühel Tourismus, ÖTRV, Österreich dreht am Rad

### Fernsehen LIVE:

Magenta, A1, Simpli TV



### TV BERICHTE:

- ORF Tirol (18./19.6.)
- ORF National (19.6.)
- K19 National (20.6.)
- Servus TV (18./19.6.)
- Sportpass (18./19.6.)



**HINWEIS:**

Die Rad-Streckenführung des Elite EuropaCup führt dieses Jahr aufgrund des längeren SPRINT Rennformats über die B170 vom Lebenbergtunnel bis hin zur Reitherkreuzung, weiter auf der L202 über das Hotel bzw. Campingplatz Bruggerhof retour zum Schwarzsee. Bitte beachten sie die Strassensperren (siehe auch Seite 15).



All information online  
Check the homepage  
for possible updates!

# INTERNATIONALE TRIATHLONLUFT IN DER GAMSSTADT

**TRI**AUSTRIA  
www.triathlon-austria.at

Seit über 15 Jahren zieht Kitzbühel die besten internationalen Triathlet:innen an. Auch heuer wird die Gamsstadt wieder die perfekte Bühne für Europas Triathlon-Elite sein.

Mittendrin statt nur dabei werden auch Österreichs Athleten:innen die Chance nutzen, sich vor heimischem Publikum zu präsentieren.

**Einige dürfen wir  
hier vorstellen:**

## Peter LUFTENSTEINER



Geboren am 17.12.1999  
aus Tragwein (Oberösterreich)  
startet für PSV Tri-Linz (OÖTRV)

Ich freue mich besonders auf ein Heimrennen in Kitzbühel, vor allem wegen der tollen Stimmung und den Zuschauern. Außerdem habe ich, nachdem ich letztes Jahr das Finale

knapp verpasst habe, noch eine Rechnung offen. Es wird somit sicher eines meiner Saisonhighlights werden.

Meine Pre-Race-Routine ist... Musik hören.  
Wenn ich nicht trainiere, verbringe ich Zeit mit meiner Freundin.

## Tjebbe KAINDL



Geboren am 20.03.1999  
aus Bad Häring (Tirol)  
startet für TRI TEAM TS Wörgl  
(TRVT)

Kitzbühel ist für mich als Heimrennen ganz speziell. Ich freu mich jedes Jahr drauf „zu Hause“ am Start zu sein. Die Atmosphäre ist einfach genial und die Erinnerungen an die Wettkämpfe von früher, wo ich als Kind schon am Start war, kommen jedes Jahr wieder zurück.

Meine Pre-Race-Routine ist... den Wettkampf nochmal genau durchgehen und wichtige Punkte vom Rennen zu visualisieren. Wenn ich nicht trainiere,... esse ich.

## Moritz MEIER



Geboren am 17.10.2000  
aus Nenzing. Startet für TRI Team  
Bludenz (VTRV)

Kitzbühel ist für mich sehr speziell, da ich dort als Kind bei den Kitz Tri Games schon meine ersten Triathlon-Erfahrungen machen durfte. Damals habe ich dort bei den Welt- und

Europacups am Streckenrand mitgefiebert und nun selbst als Eliteathlet an der Startlinie zu stehen, macht es umso schöner.

Meine Pre-Race-Routine ist... Frühstück, kurz Ruhe suchen, um die wichtigsten Details zu verinnerlichen und aufzuwärmen. Wenn ich nicht trainiere,... kann ich abschalten und den Fokus auf mich selbst richten.

Lukas  
Kollegger



Jan  
Bader



Noah  
Künz



Carina  
Reicht



Theresa  
Moser



### Oliver JANNY



Geboren am 11.02.2000  
aus Obertrum am See (Salzburg)  
startet für TrumerTriTeam (STRV)

Also Kitzbühel ist immer ein geiles Rennen, auch wenn es oft mal stark besetzt ist, macht es immer Spaß ein Heimrennen zu machen und vor allem hat Kitzbühel irgendwas, dass es nochmal geiler macht.

Meine Pre-Race-Routine ist... Ist zwar nicht so wirklich eine Routine, aber ich habe bei jedem Rennen Soletti dabei und die esse ich am Abend davor immer. So ein Art Nervenfutter.  
Wenn ich nicht trainiere,... lerne ich oder ich schlaf auf der Couch und schau Serien.

### Klemens OBERLEITNER



Geboren am 10.01.2003  
aus Wang (Niederösterreich)  
startet für RATS Amstetten Sport-union (NÖTRV)

Ich freue mich auf das Rennen in Kitzbühel, weil es mein erster Start bei einem Elite-Europacup sein wird. Außerdem ist das Rennen in Kitzbühel jedes Jahr eines der coolsten Rennen, dank der sehr guten Organisation und der vielen Zuschauer.

Meine Pre-Race-Routine ist... bis eine Stunde vor dem Start möglichst ruhig bleiben, eventuell Musik hören und dann eine Stunde vor dem Start mit Aufwärmen beginnen.  
Wenn ich nicht trainiere,... lerne ich für die Uni.

### Niklas KELLER



Geboren am 07.05.2002  
aus Amstetten (Niederösterreich)  
startet für RATS Amstetten Sport-union (NÖTRV)

Ich freu mich auf das Rennen, weil es Jahr für Jahr eine einzigartige Atmosphäre bietet und ich in Kitzbühel zumeist meine Höchstform abrufen kann.

Meine Pre-Race-Routine ist... Ich habe tatsächliche keine besondere Pre-Race-Routine. Solange ich mit Vorfreude am Start stehe, kann ich abliefern!  
Wenn ich nicht trainiere,... beschäftige ich mich mit meinen Hunden oder lerne eine neue Sprache.

### Thomas WINDISCHBAUER



Geboren am 29.06.2003  
aus Vorchdorf (OÖ). Startet für starlim racing team wels (OÖTRV)

Die Vorfreude ist natürlich groß, da ich schon als Kind die Rennen in Kitzbühel gestartet bin. Außerdem sind internationale Rennen in Österreich immer etwas Besonderes.

Meine Pre-Race-Routine ist... Musik zu hören.  
Wenn ich nicht trainiere,... sitz ich gerne mal mit Freunden am Pokertisch.

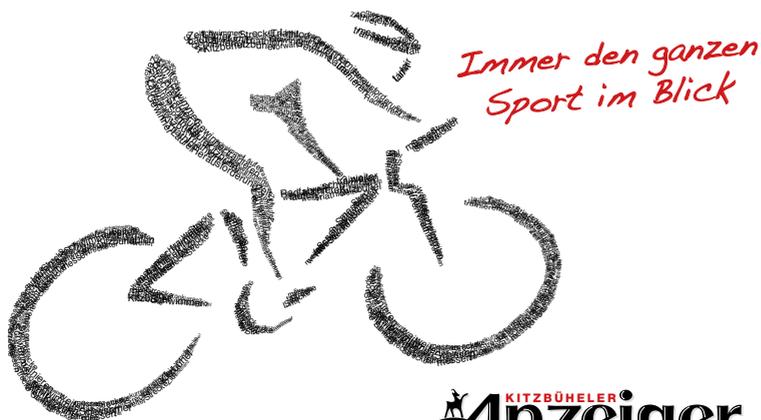
### David VOLLMANN



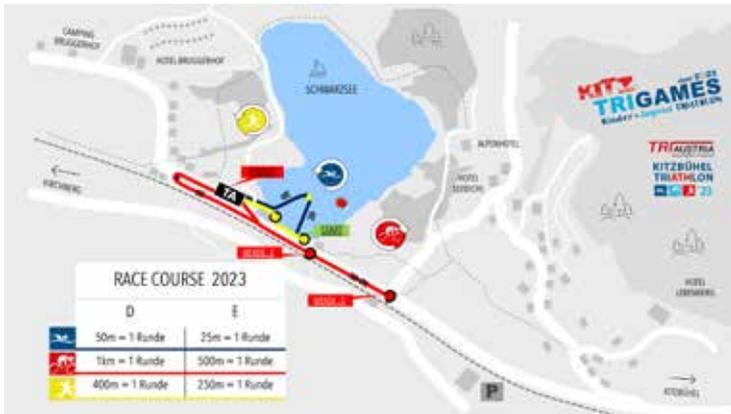
Geboren am 15.03.2003  
aus Neusiedl am See (Burgenland)  
startet für LTC Seewinkel (BTRV)

Ich freue mich auf das Rennen, weil es nicht irgendein Europacup ist, sondern unser Heimrennen. Ich war schon oft in Kitzbühel und habe bis jetzt erst wenige Rennen erlebt, die annähernd gleich gut organisiert sind und eine ähnliche Atmosphäre bieten. Daher ist der Stellenwert dieses Rennens für mich immer sehr hoch.

Meine Pre-Race-Routine ist... das Unerwartete zu erwarten.  
Wenn ich nicht trainiere,... bin ich krank.



# KITZTRIGAMES



Die große Showbühne für alle Nachwuchs Triathleten: innen wird am Sonntag 18. JUNI 2023 wieder geöffnet. Weltcup Flair für die Stars von Morgen auf dem blauen Teppich in Kitzbühel.

Stets eine Bereicherung des Triathlon Wochenendes in Kitzbühel sind die Kitz Tri Games, die gleichzeitig zum ÖTRV Super Sprint Nachwuchscup, als auch zum ASVÖ EUREGIO Kindertriathlon Zug zählen. Es werden die **Tiroler Meister** in den Schülerklassen E bis Jugend und in den Klassen C bis Jugend die Österreichischen Meister als auch die **Österreichischen Meister** in der Bundesländerstaffel ermittelt.

An die 400 Nachwuchs Triathleten:innen aus mehr als 15 Nationen werden dazu erwartet.



# ZEITPLAN



Samstag | Saturday, 17. Juni 2023

**17:30 - 20:00** Startnummernausgabe, Nachmeldung am Event Areal  
registration, late entry, race bag pick-up at the event area

Sonntag | Sunday, 18. Juni 2023

**06:30 - 09:30** Startnummernausgabe / registration, race bag pick-up / event area

**10:30 - 13:30** Startnummernausgabe / registration, race bag pick-up / event area

**07:00** Wettkampfbesprechung B+C / race briefing B+C / event area (tent)

**07:45** ■ **Check-In B + C**

**08:00** **START C** (08:00 männl./boys 08:03 weibl./girls) - ÖTRV Supersprint

**08:45** **START B** (08:45 männl./boys, 08:48 weibl./girls) - ÖTRV Supersprint  
im Anschluss Check out B + C

**09:20** Wettkampfbesprechung / race briefing A/JUG/JUN - event area (tent)

**09:40 - 09:55** ■ **Check-In A**

**10:10** **START A** (10:10 männl./boys 10:13 weibl./girls) - ÖTRV Supersprint  
im Anschluss Check out A

**11:20 - 11:35** ■ **Check-In JUN + JUG**

**11:50** **START JUN + JUG** (11:50 männl./boys, 11:53 weibl./girls) ÖTRV Supersprint  
im Anschluss Check out JUN + JUG

**12:50 - 13:30** ■ **Check-In E + D**

**13:45** **START E** (13:45 männl./boys 13:46 weibl./girls) Kindertriathlonzug

**14:05** **START D** (13:45 männl./boys 13:46 weibl./girls) Kindertriathlonzug  
im Anschluss Check out E + D

**13:30 - 14:15** **Registrierung Team Bewerb / Registration Event Area**

**14:45** *Siegerehrung E + D / Award Ceremony class E und D / at the event area, central tent*

**14:45 - 15:00** ■ **Check-In Teambewerb Bundesländerstaffel**

**15:15** **START** Teambewerb

**16:30** *Siegerehrung ÖTRV Supersprint / Award Ceremony class E und D / at the event area,*



# DISTANZEN

Klasse	Alter	Jahrgang	Distanzen
Schüler E	6 und 7 Jahre	2016/2017	25 m - 500 m - 250 m
Schüler D	8 und 9 Jahre	2014/2015	50 m - 1,0 km - 400 m
Schüler C	10 und 11 Jahre	2012/2013	200 m - 6,0 km - 1,5 km
Schüler B	12 und 13 Jahre	2010/2011	300 m - 9,0 km - 2,0 km
Schüler A	14 und 15 Jahre	2008/2009	500 m - 12,0 km - 3,0 km
Jugend	16 und 17 Jahre	2006/2007	500 m - 12,0 km - 3,0 km
Junioren	18 und 19 Jahre	2004/2005	500 m - 12,0 km - 3,0 km



Alle Informationen sind auch online zu finden

# MACH MIT ! UND SEI DABEI ...

Für die jungen Athlet:innen startet die Rennsaison bereits im Winter mit dem Leutascher Wintertriathlon (Crosslauf-Mountainbike-Langlauf) im Jänner.

Im Sommer folgen 10 Bewerbe im 3 Ländereck Österreich, Italien und Deutschland, wobei die Disziplinen von Aquathlon (Lauf-Schwimmen-Lauf), Duathlon (Laufen-Rad-Laufen), dem klassischen Triathlon (Schwimmen-Rad-Laufen) und dem Crosstriathlon, wo die Radstrecke nur mit Mountainbikes gefahren wird untergliedert wird.

So vielseitig wie die Bewerbe ist auch das Training im Triathlonverein.

## Wie schaut denn so ein Triathlon Training aus ?

Je nach Jahreszeit wird 1-2x in der Woche in der Aquarena geschwommen und in der Langau findet ein Lauf- und Rad-Koppeltraining statt. Abgerundet wird das regelmässige Training durch das ein oder andere Trainingslager. Im Winter wird das Training dann um eine Langlaufenheit ergänzt. So trainieren die Kinder vielseitig und ausgewogen. Den Spass sieht man ihnen an. Großer Dank gebührt dem Trainerteam, die ehrenamtlich viel ihrer Freizeit den Kindern widmen.



Großer Dank gebührt unseren Vereins Sponsoren Exenberger Elektro Technik, Kitz Ski, Sparkasse Kitzbühel und der Stadtgemeinde Kitzbühel für die Nutzung der Sportanlagen



1



2



3

**DU**

möchtest gerne mitmachen ?

Bei Fragen zum Training erreichst du Viktoria Jöchl, unsere sportliche Leiterin, gerne unter [training@trikitz.at](mailto:training@trikitz.at)

Mit dem Schuleintritt können Kinder mit dem Triathlontraining beginnen. Der entscheidende Faktor ist, dass eine Länge im Hallenbad (25 m) sicher geschwommen werden kann. Jedes Jahr im Herbst findet das Schnupperschwimmen statt, wo interessierte Kinder einmal Triathlon probieren können.



 **Kitzbühel**  
**TRI-TEAM**  
Triathlonverein

# SO BLEIBST DU FIT UND GESUND !

## BUCH TIPP:



Wir können euch wärmstens das neu erschienene Buch ERNÄHRUNG und SPORT - die häufigsten Fragen von Experten beantwortet ans Herz legen.

Die Autor:innen Mag. Angelika Kirchmaier Sport-Diätologin und Gesundheitswissenschaftlerin, gemeinsam mit dem Psychologen Dr. Ronald Newerkla, der Sportwissenschaftlerin Dr. Corinna Welser und dem Kitzbühler Sportwissenschaftler Mag. Heinz Bédé-Kraut, seinerseits ehemaliger TriKids Trainer des Triathlonverein Kitzbühel, veröffentlichten diese äußerst interessante Lektüre.

### ...zum Reinschmökern:

Krämpfe – ist es immer ein Magnesiummangel?

**Nein!** Es können viele andere Faktoren dahinter stecken! Ein Magnesiumman-

gel kommt bei einer gesunden Sporternährung im Normalfall nicht vor. Wenn doch, dann stecken vielleicht folgende Ursachen dahinter:

#### Alkohol:

Das kühle Blonde nach dem Sport kann die Magnesiumaufnahme hemmen und damit zu Muskelkrämpfen führen. Zusätzlich benötigt ein gut funktionierender Muskel Kalzium. Nach dem Konsum von Alkohol fällt es dem Kalzium schwerer, in die Muskelzelle zu gelangen. Als Folge können u. a. Muskelkrämpfe, verminderte Muskelkraft und allgemeine Muskelschmerzen auftreten. Tipp: Bei Krämpfen 4 Wochen lang auf Alkohol verzichten!

#### Zu wenig Eiweiß oder insgesamt zu wenig Kalorien:

Magnesium muss im Körper transportiert werden, dazu ist u. a. Eiweiß nötig. Fehlt dieses, klappt der Transport nicht mehr optimal und der Mangel ist vorprogrammiert. Sportanorexie, also Sportmagersucht ist leider ein sehr großes Thema. Als Nebenwirkung dieser Sportanorexie können natürlich mangels ausreichend Eiweiß Krämpfe auftreten

#### Wassermangel:

Wasser ist unser wichtigster Stoff in allen Zellen, besonders in der Muskelzelle. In dieser stecken pro Kilogramm reiner Muskel-Trockenmasse rund 3 Liter Wasser. D. h. 1 kg „fertige“ Muskelmasse setzt sich aus ca. 1 Teil Muskel-trockenmasse und ca. 3 Teilen Wasser zusammen. Muskeln speichern damit, je nach Alter, bis zu ca. 70 % Wasser. Fehlt das Wasser, kann sich die Zelle zusammenkrampfen.

#### Wie gut helfen Magnesiumpräparate?

In einer groß angelegten kanadischen Studie aus dem Jahr 2020 (Cochrane Review) ging man der Frage nach, ob eine Magnesium-

supplementierung bei Muskelkrämpfen hilft. Man untersuchte die Auswirkungen einer Supplementierung im Vergleich zu einem Placebo Präparat oder anderen Krampftherapien. Und siehe da, es zeigten sich kaum Unterschiede. D. h. die Ergebnisse legen nahe, dass die Ursache für Muskelkrämpfe nicht allein beim Magnesium zu suchen ist, denn sonst würden alle von einer Supplementierung profitieren.

Auffällig war der hohe Anteil an Studienteilnehmer:innen, die Nebenwirkungen nach der Supplementierung zeigten. Immerhin bis zu 37 % der Studienteilnehmer:innen klagten über gastrointestinale Beschwerden, also Magen-Darm-Beschwerden, insbesondere über Durchfall.

### Top 10 – So bleibst du fit und gesund!

- 1 Mit dem „Rubikon-Modell“ besiegst du deinen inneren Schweinehund!
- 2 Starte heute noch deinen ersten Lauf! Als Neuling machst du kleine Schritte, dabei bleibst du im Sprechtempo und atmest durch die Nase.
- 3 Mit Slow Carbs schaffst du es zu Höchstleistungen!
- 4 Vitamintablette statt Obst? Es gibt keine einzige Pille, die alles abdeckt!
- 5 Mit der richtigen Ernährung bekommt dein Körper die perfekte Menge Eiweiß – ganz ohne eine Vielzahl an „Pulverchen“
- 6 Supplements? Zuerst messen, und nur bei einem Mangel „essen“! So bleibst du gesund und sparst noch dazu Geld.
- 7 Du hast Kids? Plane während der Hausübung alle 15 Minuten ein kleines Fangenspiel durch die Wohnung ein!
- 8 Trinkst du genug? Nicht nur bei Hitze, auch bei Kälte braucht dein Körper mehr!
- 9 Viel trainieren hilft viel? Vorsicht, denn ohne ausreichende Ruhepausen kannst du deine Ziele nicht erreichen.
- 10 Mit unserem gut durchdachten Ernährungsplan bekämpfst du Verdauungsbeschwerden beim Sport.

# SPIEL FUCHS

Spielwaren & Geschenke  
 Jochberger Tor • 6370 Kitzbühel  
 Tel. 05356/62240

**Wir wissen  
 was gespielt wird!**



FÜR HÖCHSTE ANSPRÜCHE

# GERZABEK TEAM



**HOCHBAU :: ZIMMEREI :: HOLZBAU**  
 Kitzbühel 05356 622 44 | [www.gerzabekteam.at](http://www.gerzabekteam.at)

# polin

Baustoffe Kitzbühel

Vom Keller bis zum Dach,  
 ob Umbau, Sanierung oder  
 Neubau, wir stehen Ihnen  
 mit den richtigen Baustoffen  
 zur Seite.

Elementeabteilung:  
 Fenster & Türen,  
 Holzböden, Sonnenschutz  
 und Garagentore.



St. Johanner Str. 22 6370 Kitzbühel, Tel.: 05356 62513 0  
[www.polin-baustoffe.at](http://www.polin-baustoffe.at)

SAUBER-SERVICE

# kisch

GEBÄUDEREINIGUNG  
 Kitzbühel-Tel. 0664 855 45 42



# KITZWASH

IHR SB - WASCHALON  
 Kitzbühel, Josef Pirchl Str. 17  
 gleich neben der Post.

**SPARKASSE**

Jetzt im 1. Jahr gratis\*

**Neue Zeiten. Smartere Karten.**

Die neuen Smart- und Premiumcards sind da.

\* Gültig bis 31.12.2023: Das Gratisangebot umfasst das Kartentgelt für eine Smartcard oder Premiumcard (Mastercard/Visa, Haupt- oder Zusatzkarte) für Verbraucher:innen und gilt für ein Jahr ab Vertragsabschluss. Nach Ablauf des ersten Jahres kommen die wirksam vereinbarten Konditionen der jeweiligen Sparkasse zur Anwendung. Nähere Informationen unter [www.sparkasse.at](http://www.sparkasse.at). Angebot gültig für Kartenneubestellungen. Preisbasis: 01.09.2022.

**KitzSki**

**HORNGIPFEL FRÜHSTÜCK.**

*für Genießer*

Wenn die Sonne über den Loferer Steinbergen aufgeht, hast du deinen Aufstieg bereits komfortabel hinter dir und begrüßt die Sonne zu den sanften Klängen der Weisenbläser. Das Ticket für Frühaufsteher (inkl. Berg- und Talfahrt und Frühstück) erhältst du um **€ 43,-** an der Kassa der Kitzbüheler Hornbahn.

**Anmeldungen bis 17.00 Uhr am Vortag bei KitzSki unter der T +43 5356 6951-1411 oder per Mail an: [hornbahn@kitzski.at](mailto:hornbahn@kitzski.at)**

  
[kitzski.at/sunrise](http://kitzski.at/sunrise)

# WIR SEHEN UNS !

Als Abschluss der Bewerbe am Samstag 17.6.2023 kann man bei der

## TIPP 1: AFTER RACE PARTY

im Kulturcafe KC 750 in der Hinterstadt noch gemütlich den Abend ausklingen lassen. Ein DJ ab 21:00 Uhr lässt sicher den Ein oder Anderen das Tanzbein schwingen.



© KC750 - Kultur Cafe Kitzbühel Helmut Lackner



## TIPP 2: BANDNIGHT

Bereits am

Freitag, 16.6.2023 ist der Innenhof neben dem KC 750 Cafe mit der heimischer Pop und Rock Nachwuchsbands sicher einen Besuch wert.

Die **LOCATION**: das Kulturcafe wurde durch die Stadtgemeinde anlässlich der 750 Jahre Stadterhebung von Kitzbühel eröffnet. Es ist ein Veranstaltungsort mit Café und Barbetrieb mit Fokus auf junge Menschen im ältesten Gebäude der Stadt.



**KC750**  
Kultur Café Kitzbühel

Das KC 750 Programm bietet von der Kaffeehauskultur am Tag bis hin zur Barkultur am Abend und Veranstaltungen am Wochenende ein breites Spektrum mit gezielten Schwerpunkten.



2 tolle Veranstaltungen im Sommer dürfen wir noch ans Herz legen:

## TIPP 3: KITZBÜHELER STRASSEN - KUNSTFEST

Am Samstag, **24. Juni 2023** ab 15 Uhr bespielt die dritte Auflage des „Kitzbüheler Straßenkunstfest“ für Kinder, Jugendliche und Familien, die Bewohner und Gäste, die Innenstadt an mehreren Schauplätzen.

Von Musik über Akrobatik, Theater, Clownerie bis hin zu Street-Art und Kinderprogramm macht es die Stadt Kitzbühel bunter.

Die Künstler\*innen bieten Straßenkunst auf höchstem Niveau. Der Eintritt ist frei, aber vergessen Sie nicht Ihr Hutgeld!

**Alle Details unter: [750.kitzbuehel.at](http://750.kitzbuehel.at)**



## TIPP 4: EIN TAG AM SEE

Kitzbüheler Schwarzsee Fest, Action- und Fun-Day für Jugend und Familie.

Pünktlich zum Ferienbeginn findet am **8. Juli 2023** im Stadtbad des Schwarzsees wieder das Seefest ab 13 Uhr / Ende 23 Uhr bei freiem Eintritt statt.

Ein Tag der offenen Tür voll Action, Fun und Aktivitäten, mit Sport, Bewegung, Musik, Kulinarik, Information und vielem mehr.

Vom Splashdiving- Arschbomben-Contest über Beach Volleyball- und Tischtennis-Turniere, Stand-Up-Paddling, Natur- und Umwelt- Info, Fischerei, sowie Kinderanimation und Rätselralley ist für alle etwas dabei.

Einem packenden Spiel, einer gratis Bootsfahrt oder einem Sprung in Tirols wärmsten Moor See steht bei gemüthlicher Atmosphäre nichts mehr im Wege.

Zum „Sundowner“ gibts Live-Musik und Kulinarik samt „Kabinen Party“ vor dem Kabinengebäude.

EIN  
SOMMER  
VOLLER  
LEBENS  
FREUDE



KITZBÜHEL  
*pura vida*

06. Juli bis 24. August  
jeden Donnerstag von 16:00 bis 22:00 Uhr

[PURAVIDA.KITZBUEHEL.COM](http://PURAVIDA.KITZBUEHEL.COM)