

## Check-Liste für Triathlon-Kids

### Für den Wettkampf

- Startnummernband 
- Sicherheitsnadeln (zum Befestigen der Startnummern)
- Wettkampfbekleidung (Schwimmanzug, wichtig Oberteil, auch bei den Jungs) 
- Badekappe
- Schwimmbrille
- Kleines Handtuch
- Lafschuhe (1 Paar für die Wechselzone, 1 Paar zum Einlaufen) 
- Kleine Tasche (Stoffbeutel)
- Rennrad (Luftpumpe) 
- Fahrradhelm (unbeschädigt mit gültigem CE-Prüfzeichen) 
- Eventuell Fahrradbrille

### Nach dem Wettkampf

- Trinken, Kleinigkeit essen
- Nach dem Wettkampf bei einer »Ba-Wü« gibt es meist für die ersten drei eine »Flower-Ceremony«, also in Zielnähe bleiben, HawaiiKränzchen entgegennehmen, für Gruppenfoto bereithalten
- Duschhandtuch etc.
- Trockene Kleidung, Mütze
- Vereins T-Shirt anziehen

### Vor dem Start

- Ruhe bewahren, eure Trainer und/oder Betreuer helfen euch gerne
- Wettkampfunterlagen holen
- Startnummer am Band befestigen
- Transponder (für elektronische Zeitmessung) anbringen
- Startnummer an Helm und Rad anbringen

### Treffpunkte

Kommt rechtzeitig zu den vereinbarten Treffpunkte (Begrüßung, Wechselzone einrichten, Ein- und Auslaufen) - hier erfahrt ihr wichtige Details zu eurem Wettkampf. Am besten habt ihr hier jetzt schon eure Sportsachen an.