

# Bedienungsanleitung Fassathlon

Die Rennleitung beglückwünscht Sie zur Entscheidung, beim Freiburger Fassathlon teilzunehmen. Sie werden diesen Entschluss (hoffentlich) nicht bereuen und später noch Ihren Enkeln davon erzählen.

Die Organisatoren (Rennleitung) weisen darauf hin, dass der Fassathlon kein Rennen im herkömmlichen Sinn ist. Es gibt keine Straßensperrungen oder andere Absicherungsmaßnahmen. Sie bewegen sich als Privatperson mit dem Unterschied, dass Sie, warum auch immer, ein leeres Fass mit sich rumtragen. Bitte denken Sie daran, dass Kraftfahrzeuge aufgrund ihrer Masse einen höheren Impuls haben und Sie durch das Fass bei einem Zusammenstoß nicht geschützt werden. Trotz dieser Gefahren im Straßenverkehr steht es Ihnen natürlich frei, die Zeit des Fassathlon für sich und alle Beteiligten zu kurz wie möglich zu halten. Sie erhalten damit die Chance, ein Fass Freiburger Premium Pils zu gewinnen.

Nach erfolgreicher Anmeldung erscheinen Sie am Fassathlon-Tag im Zeitraum zwischen 9.00 und 11.30 Uhr zur Startnummernausgabe und Fahrradabgabe am Fassathlon-Hauptquartier an der Neuen Mensa. Nach 11.30 Uhr ist ein Transport der Fahrräder zum Waldbad nicht mehr möglich bzw. muss von Ihnen selbst organisiert werden. Verstauen Sie bitte Ihre Schwimm- und/oder Fahrradsachen in der bei der Startnummernausgabe mitgelieferten Plastetüte, die Ihre Startnummer trägt. Diese Tüte befestigen Sie bitte selbständig an Ihrem mitgebrachten Fahrrad. Beides zusammen bringen Sie bitte zur Fahrradtransportstelle an der Anmeldung. Wir sind bemüht, die Fahrräder so sanft wie möglich zum Waldbad zu transportieren. Für Beanstandungen von etwaigen Transportschädigen übernehmen wir keine Verantwortung, da wir die Fahrräder vorab nicht überprüfen. Jedem Teilnehmer steht es frei, sein Fahrrad selbst zum Waldbad zu bringen.

Beim Fassathlon gewinnen prinzipiell immer die Fässer. Sie als Fassträger sind dafür verantwortlich, dass das Fass wieder heil im Ziel ankommt. Wenn Sie zu Ihrem Fass eine persönliche Beziehung aufbauen wollen, der Name steht am Verschluss. Aber Achtung, es wird zwangsläufig auf eine Fernbeziehung (bis zum nächsten Jahr) hinauslaufen.

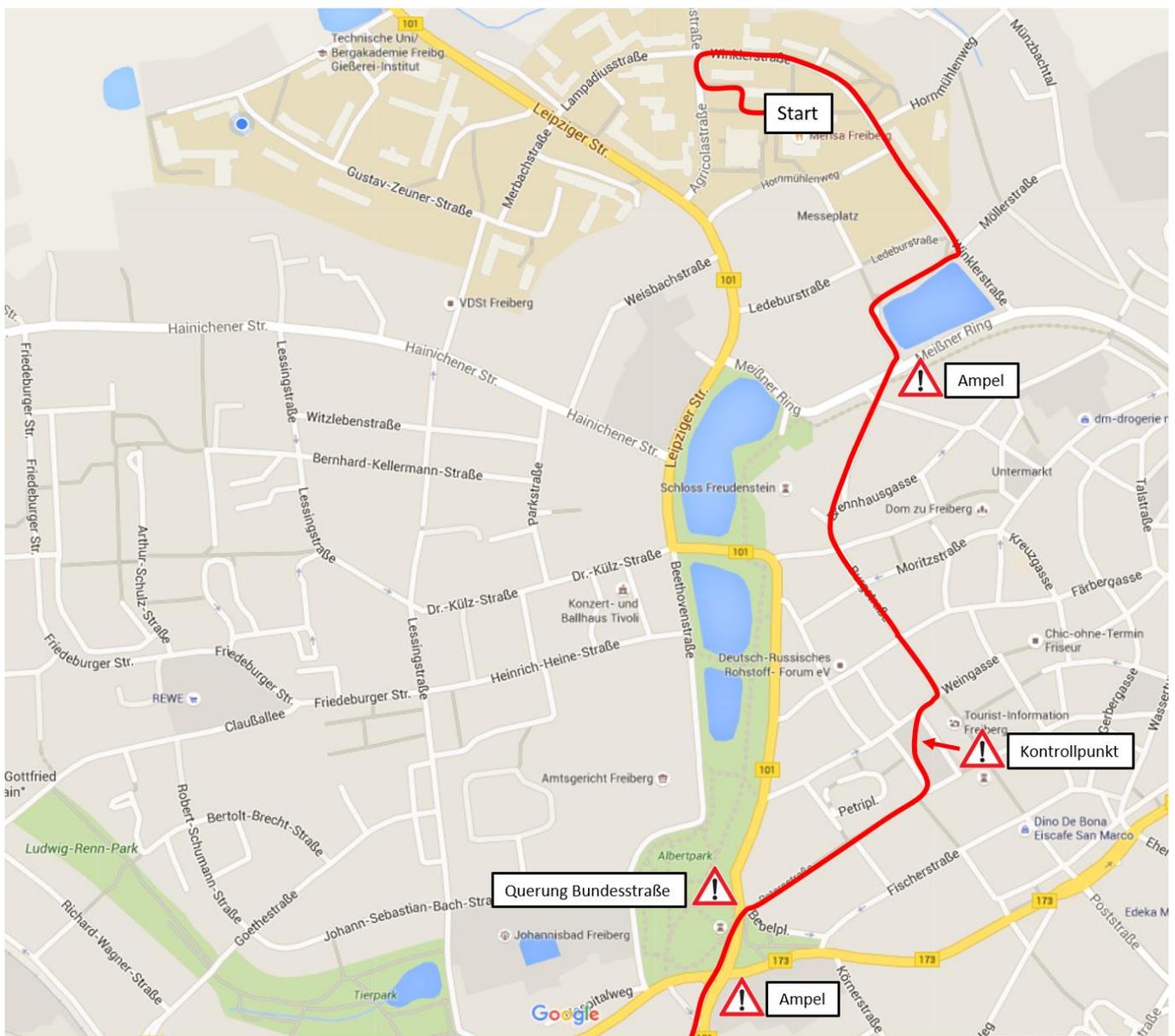
Machen Sie sich nach der Übergabe mit Ihrem Fass vertraut. Schauen Sie es sich genau an, prüfen den richtigen Sitz und kontrollieren Sie es auf evtl. Beschädigungen. Sie werden die nächsten Stunden intensiv Zeit miteinander verbringen und Einiges durchmachen. Das reversible Anbringen von zusätzlichen Polstern am Sportgerät ist ausnahmsweise gestattet. Das Bekleben der Fässer sowie sonstige Änderungen, die sich nicht einfach und ohne Spuren zu hinterlassen rückgängig machen lassen, ist untersagt und kann zur Disqualifikation führen (das gilt insbesondere auch für das Aufkleben der Startnummern mit Klebeband etc.). Beachten Sie, dass die Startnummer vorn am Körper getragen werden muss, um von den Respektspersonen schnell erkannt werden zu können (wer an den Kontrollpunkten nicht erkannt wird, verliert im besten Fall Zeit und muss im ungünstigen Fall disqualifiziert werden). Nach dem deutlichen Anbringen Ihrer Startnummer an Ihrem Körper starten Sie gestaffelt. Bitte achten Sie auf die Durchsagen! Sie treffen während des Fassathlons auf Kontrollpunkte. **Hier bitte Ruhe bewahren! Folgen Sie den Anweisungen der Respektspersonen!** Sie erhalten einen Aufkleber auf das Fass bzw. ihre Startnummer, wahlweise für Anwesenheit oder den Genuss von alkoholfreiem Bier. Durch diesen ist es Ihnen nämlich möglich, das Gesamtergebnis Ihrer benötigten Zeit positiv zu beeinflussen. Je Sportart gibt es eine Trinkstation mit je 3 min Zeitgutschrift, wer bei allen Stationen trinkt, bekommt in Summe 10 min gutgeschrieben. Auch falls Sie die Möglichkeit dieser Art von Erfrischung nicht nutzen möchten, benötigen Sie in jedem Fall einen Aufkleber, der belegt, dass Sie den Kontrollpunkt passiert haben.

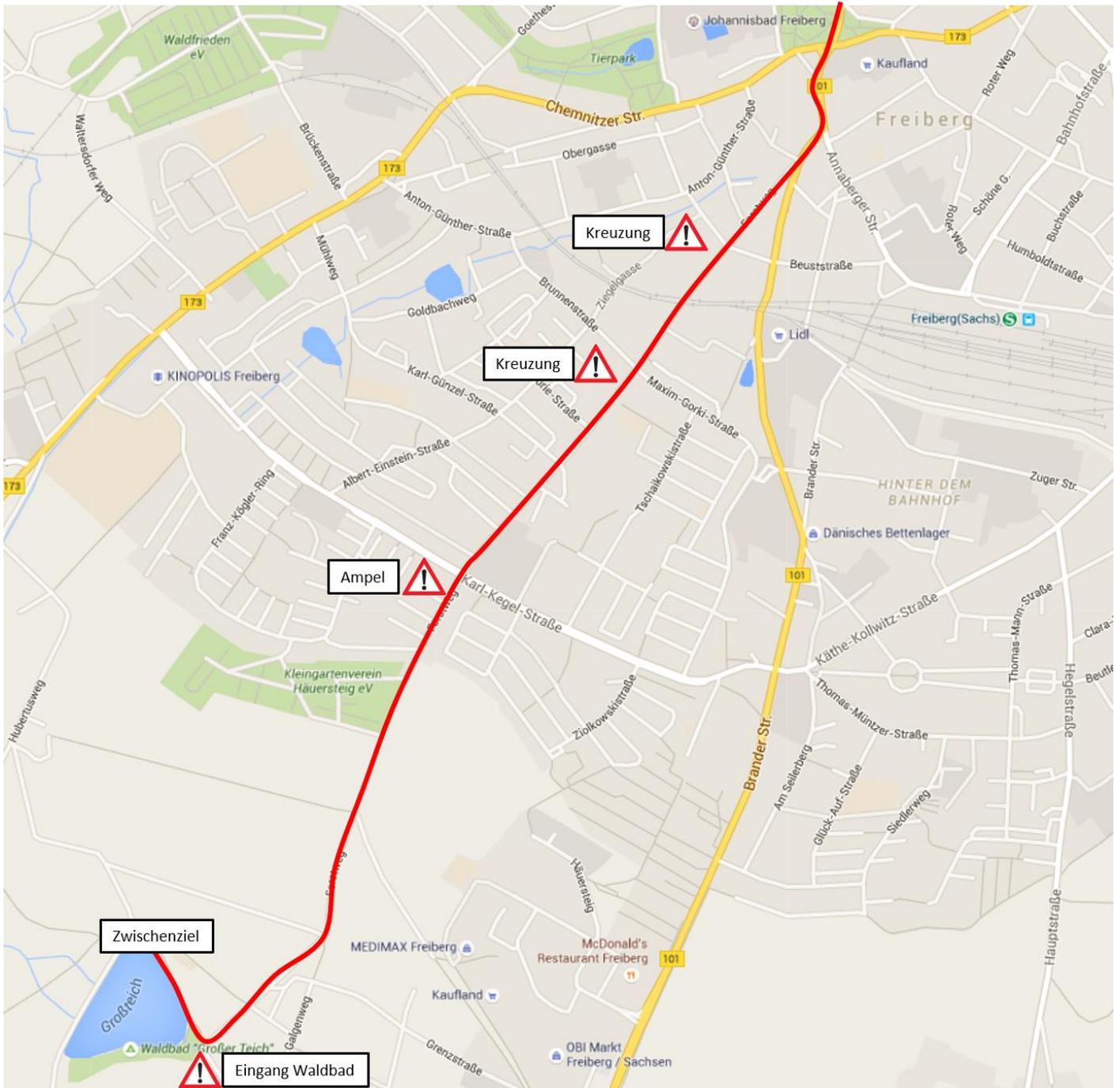
Wir verordnen nach Beendigung der Laufstrecke eine Zwangspause von 15 min zum Aklimatisieren und Umziehen. Bei der Ankunft bekommt man die „**Wassereintrittszeit**“ auf den **Arm geschrieben**. Dazu bitte kurz anhalten und nicht zum Fahrrad durchrennen. Zügig umziehen und sich zum Steg auf der anderen Seite des Sees begeben. Bei zu kaltem Wasser den Anweisungen der Bademeister/Respektsperson folgen und selbständig auf die Uhr am Steg achten! Die Kontrollstation für den Trinkbonus beim Schwimmen finden Sie unmittelbar am Ausstieg.

Bitte beachten Sie, dass unmittelbar nach Passieren der Kontrollstation die Zeit für das Radfahren zu laufen beginnt. Es lohnt sich deshalb, die Zeit für das Umziehen kurz zu halten. Handtuch, Badebekleidung etc. verstauen Sie wieder in dem mit Ihrer Startnummer versehenen Plastbeutel, damit dieser nach Abschluss des Fassathlon von den Respektspersonen zurück zum Hauptquartier gebracht werden kann. Sie erhalten den Beutel zur Siegerehrung zurück. Nach erfolgreichem Absolvieren der sportlichen Strecke folgt der gemütliche Teil. Einen Liter Freiberger Premium Pils gilt es in einer für jeden persönlich vertretbaren Zeit auszutrinken. Dabei darf kein Bier verschüttet werden und es muss mindestens 10 Minuten im Körper bleiben. **Wer schweppert oder kotzt, verliert!**

## Streckenverlauf „Laufen“

Der Start erfolgt in Gruppen an der Neuen Mensa. Der Weg führt zunächst um das Studentenwohnheim Agricolastraße, danach entlang der Winklerstraße und des Schlüsselteiches in Richtung Altstadt. Die Querung des Meißner Rings erfolgt an der Ampel. Halten Sie sich dabei an die geltenden Verkehrsregeln. In der Altstadt geht es über die Silbermannstraße zum Schlossplatz und von dort über die Burgstraße zum Obermarkt, auf dem sich der erste Kontrollpunkt befindet. Anschließend der Petersstraße zum Bebel-Platz folgen. Achtung bei der Querung der viel befahrenen Straßen! Sicherheit geht vor! Nach der Ampelkreuzung folgt der Weg der Bundesstraße 101 und zweigt kurz nach der Kreuzung zur Olbernhauer Straße in den Forstweg ein. Diesem folgen Sie bergaufwärts bis zum Eingang des Waldbades.





## „Schwimmen“

Gestartet wird zu der im Zieleinlauf nach dem Laufen auf den Arm geschriebenen Zeit, 15 Minuten nach Ankunft. Zuvor muss der Steg, von dem aus gestartet wird, zu Fuß erreicht werden. Bitte beim Umziehen nicht Bummeln und rechtzeitig vor dem Start am Steg sein. Auf dem Steg ist eine Uhr sowie eine Respektsperson, die Ihnen das Signal zum Start geben wird. Bitte auch zum Schwimmen die Startnummer vor dem Körper tragen und nicht am Fass! Die Schwimmstrecke ist auf geradem Wege vom Steg bis zur Ausstiegsstelle zu durchschwimmen. Wie Sie das Fass über die Schwimmstrecke befördern ist Ihnen überlassen. Es haben sich dafür unterschiedliche Techniken als praktikabel erwiesen (einige aber auch nicht). Sobald Sie mit den Füßen Grund erreichen, ist auch Waten erlaubt. Am Kontrollpunkt nach dem Ausstieg unbedingt einen Aufkleber abholen!

## **Streckenverlauf „Radeln“**

Unmittelbar nach Durchlaufen des Kontrollpunktes nach dem Schwimmen läuft die Zeit für das Radeln. Zügiges Umziehen ist deshalb von Vorteil. Achten Sie beim Umziehen darauf, dass Ihre Startnummer über der Bekleidung ist, damit sie von den Respektspersonen erfasst werden kann. Folgen Sie danach den Wegmarkierungen. Bitte beachten Sie, dass der Stadtwald, in dem sich das Waldbad befindet, ein beliebtes Naherholungsgebiet ist. Es ist deshalb immer mit Fußgängern auf den Wegen zu rechnen. Bitte Rücksicht nehmen! Nach dem Hubertushof folgt eine recht enge Kurve, die schlecht einsehbar ist. Achtung: Hier ist mit Gegenverkehr von Autos zu rechnen. Auch bei der Querung der Bundesstraße 173 zur Kleinschirmaer Straße unbedingt aufpassen! Geraten Sie nicht in Panik, falls der nachfolgende Bahnübergang geschlossen ist. Die dort platzierte Respektsperson wird Ihre Wartezeit notieren. Diese wird später von der Gesamtzeit abgezogen. An der Weggabelung nach dem Landhotel Kleinschirma halten Sie sich links in Richtung Bahnhof. Am Bahnübergang, der den Wendepunkt markiert, befinden sich ebenfalls Respektspersonen. Hier unbedingt die Startnummer ansagen, da diese zur Kontrolle erfasst wird. Anschließend geht es zurück durch Kleinschirma bis zum Abzweig des Herrenwegs, der nach Kleinwaltersdorf führt. Schalten Sie frühzeitig in einen kleineren Gang, um Wadenkrämpfe an diesem Anstieg zu vermeiden! Achtung an dem unbeschränkten Bahnübergang vor der Ortseinfahrt nach Kleinschirma. Zwar kommt hier nur selten ein Zug, aber die Strecke wird gelegentlich noch befahren! Bei der kurvigen Bergabfahrt in Kleinwaltersdorf ist mit Gegenverkehr durch Autos zu rechnen. Bitte auf Sicherheit achten! Kurz vor der Kreuzung der Hainichener Straße finden Sie an der rechten Straßenseite den nächsten Kontrollpunkt, an dem zwingend anzuhalten ist, um den nächsten Aufkleber zu empfangen (auch bei Nichtinanspruchnahme des Trinkbonus).

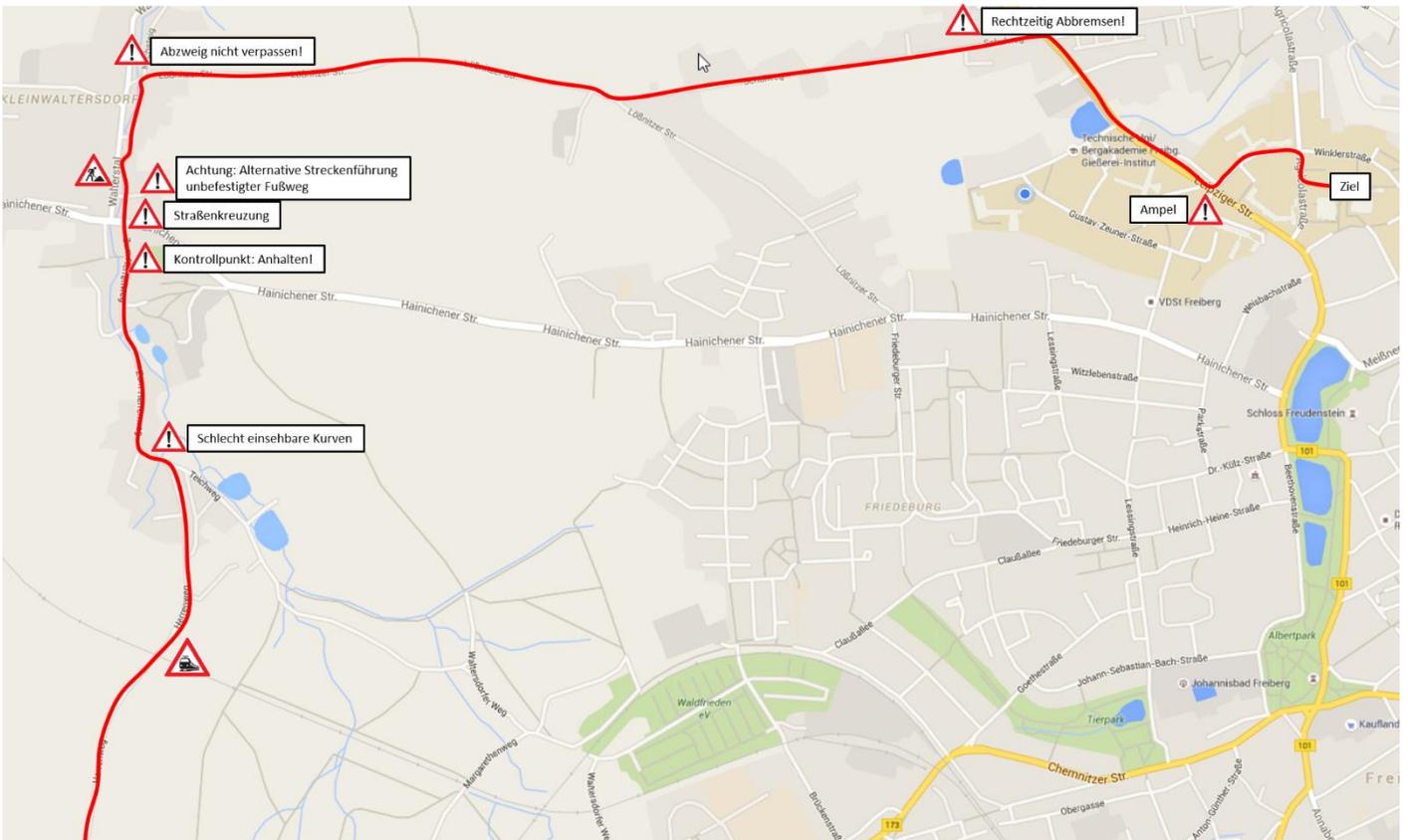
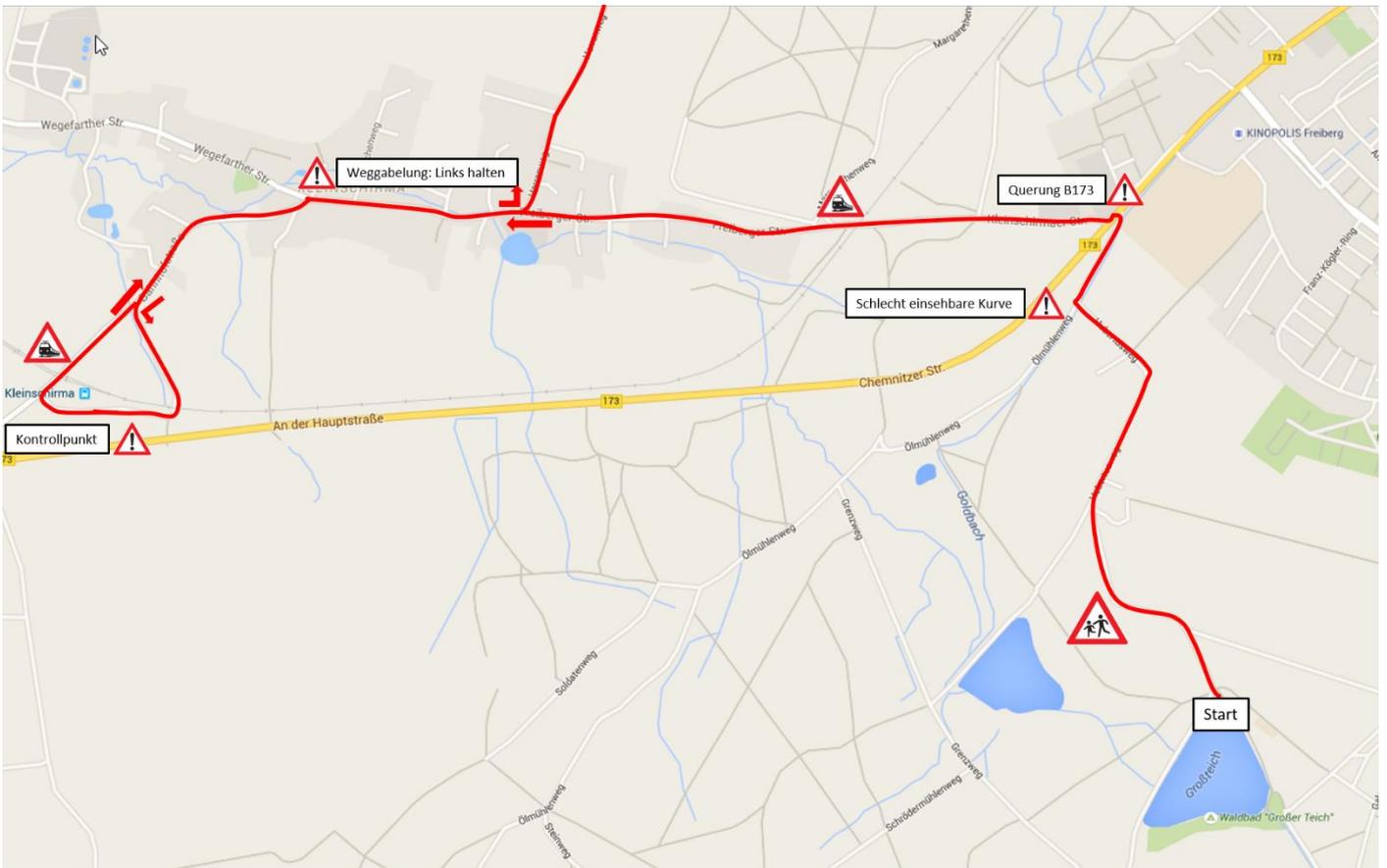
An der Kreuzung zur Hainichener Straße (links abbiegen) bitte vorsichtig fahren und die Vorfahrt beachten. Dann gleich nach rechts abbiegen in die Straße Walterstal (die im letzten Jahr baustellenbedingt erforderliche Umleitung über den Kirchsteig ist dieses Jahr nicht mehr erforderlich). Vom Walterstal dann nach ca. 300 m rechts in die Löbnitzer Straße abbiegen und zurück nach Freiberg. Vor dem Abbiegen vom Schulweg in die Leipziger Straße (schlecht einsehbar) bitte abbremsen. Wechseln Sie bei Gelegenheit auf den Radweg auf der linken Straßenseite. An der Ampelkreuzung biegen Sie nach links in die Lampadiusstraße ab. Von dort nach Rechts in die Agricolastraße und zurück zum Hauptquartier. Achten Sie auf den Verkehr! Nach dem Abstellen des Fahrrads in dem dafür vorgesehenen Bereich bewegen Sie sich zügig zur letzten Station. Erst dort wird die Zwischenzeit genommen. Zur Steckenführung beachten Sie auch die Abbildungen weiter unten.

## **„Saufen“**

Getrunken wird aus Maßkrügen. Im Regelfall wird dabei Freiburger Premium Pils genossen. Wer aus welchem Grund auch immer keinen Alkohol verträgt oder den Genuss von Bier ablehnt, gibt dies bitte schon vor dem Start bekannt und ruft es bei Ankunft an der Station laut aus. Als Alternativgetränke stehen dann Mineralwasser oder alkoholfreies Bier zur Verfügung. Bitte bedenken Sie, dass bei vielen Menschen der Körper nach einer sportlichen Anstrengung und zu schnellem Trinken zum Erbrechen neigt. Übernehmen Sie sich nicht! Für den Fall, dass die Flüssigkeit doch unerwünscht ihren Körper verlassen möchte, begeben Sie sich zu einem der aufgestellten Kübel. Die nachfolgenden Teilnehmer werden es Ihnen danken, wenn der Trinkbereich nicht unnötig verunreinigt wird.

Im Regelfall werden Ihnen bereits während des Trinkens das Sportgerät und die Startnummer abgenommen, um die Vollständigkeit der gesammelten Aufkleber zu kontrollieren. Machen Sie sich umgehend bemerkbar, sobald sie das Trinkgefäß vollständig in Ihren Körper entleert haben, damit Ihre Saufzeit korrekt registriert werden kann.

Danach begeben Sie sich unverzüglich aus dem Saufbereich in die abgegrenzte Quarantänezone, wo Sie sich weitere 10 Minuten entspannen. Während dieser Zeit muss das Getrunkene in Ihrem Körper bleiben. Für den Notfall, der ggf. zur Disqualifikation führt, stehen auch hier geeignete Kübel bereit, in die Sie sich entleeren dürfen. Nach Ablauf der 10-Minuten-Frist wird eine Respektsperson Sie durch Aufruf Ihrer Startnummer dazu auffordern, den Quarantänebereich zu verlassen.



(Achtung: obige Grafik zeigt noch den Verlauf mit der Umleitungsstrecke von 2016)

**Viel Erfolg!!!**