# *Rheinland-Pfälzischer Triathlonverband*

Gerd Uhren
Landestrainer
gerduhren@web.de

Hauptstr.72
53426 Schalkenbach
0163-2301027

## *Kader- und Vereinssichtung/Leistungsüberprüfung Rheinland-Pfälzischer Triathlonverband*

Termin: 25.10.2026, Anreise bis 9:45 Uhr

Ort: Sportplatz Gerolstein
54568 Gerolstein

Anfahrt: https://maps.app.goo.gl/a1w2NTBLwpW8swFM8

Die Herbstsichtung des RTV wird nach den Kriterien der DTU durchgeführt, die für alle Landesverbände in Deutschland gelten. Die Leistungsanforderungen sind deutschlandweit vereinheitlicht! Die Schüler*innen A werden nach erfüllter Norm in den Perspektivkader aufgenommen, alle weiteren Jahrgänge können sich für den Landeskader qualifizieren und im kommenden Jahr an den Rennen im DTU-Cup und der Deutschen Meisterschaft teilnehmen.
Bei der Sichtung in Gerolstein erfolgt die Überprüfung im Laufen zuerst. Spikes sind erlaubt, bitte dem Wetter entsprechende Kleidung mitnehmen! Im Anschluss erfolgt der Athletiktest in der Schwimmhalle! Nach der Mittagspause steht die Schwimmüberprüfung an. (Schwimmen nur in Badehose/Badeanzug, Einteiler o.ä. sind nicht erlaubt). Eingeladen sind die Jahrgänge 2015-2008! Für die bereits über die Saisonleistung qualifizierten Athletinnen dient die Sichtung als Leistungsüberprüfung/Standortbestimmung für die kommende Saison.

*Schüler A: Jahrgänge 2014 und 2015*

***Schwimmen***

- 50m mit Startsprung
- 200 m Wasser-Komplex-Test (WKT)
  (50 m Kraul-Beine mit Schwimmbrett – 50 m Brust – 50 m Kraul einarmig mit passivem Arm vorne und Armwechsel nach 25 m – 50 m Kraul)

***Laufen***

- 1000m

***Athletik***

- Bourban-Test

*Jugend B: Jahrgang 2013*

***Schwimmen***

- 50m mit Startsprung
- 400m

***Laufen***

- 3000m

***Athletik***

- Bourban-Test

## *Leistungsanforderungen Schüler*innen A und Jugend B (1. Jahr)*

| ***AK*** | ***50m*** | ***200m WKT*** | ***400m*** | ***1000m*** | ***3000m*** | ***Bourban-Test*** |
|---|---|---|---|---|---|---|
| ***Schüler A weiblich*** | 36,0 s | 3:45min. | | 4:00min. | | 1:45min. |
| ***Schüler A männlich*** | 36,0 s | 3:45min. | | 3:40min. | | 2:00min. |
| ***Jugend B weiblich 1. Jahr*** | 35,0 s | | 6:10min. | | 12:00min. | 1:45min. |
| ***Jugend B männlich 1.Jahr*** | 34,0 s | | 6:00min. | | 11:00min. | 2:00min. |
| | | | | | | |

## *Bundeseinheitliche Kaderrichtlinien 2024 ab Jugend B 2. Jahr*

Eine Berufung in den Landeskader ist über drei verschiedene Wege mit folgender Priorisierung möglich:
1. Wettkampfleistung im DTU Triathlon Jugendcup inklusive DM Triathlon Jugend/Junioren
2. Leistungsvoraussetzungen im Schwimmen und Laufen sowie im allgemeinen Athletikbereich
3. Individuelle Beurteilung der Athlet*innen durch die Landestrainer*innen bzw. auf Basis einer Gremiumsentscheidung innerhalb des Landesfachverbandes entsprechend der jeweiligen Satzungen bzw. Ordnungen (**Trainerurteil**)

Kaderalter

- erste Berufung im Herbst vor dem zweiten Jahr Jugend B (14 bzw. 15 Jahre)
- letzte Berufung im Herbst vor dem zweiten Jahr Junioren (18 bzw. 19 Jahre)

## *Wettkampfleistungen im DTU Triathlon Jugendcup inklusive DM Triathlon Jugend/Junioren*

| | **weiblich** | | **männlich** |
|---|---|---|---|
| Jugend B erstes Jahr | Platz 20 | | Platz 25 |
| Jugend B zweites Jahr | Platz 15 | | Platz 20 |
| Jugend A erstes Jahr | Platz 15 | | Platz 20 |
| Jugend A zweites Jahr | Platz 12 | | Platz 15 |
| Juniorinnen erstes Jahr | Platz 10 | | Platz 15 |
| Juniorinnen zweites Jahr | Platz 8 | | Platz12 |

## *Leistungsvoraussetzungen und allgemeine Athletik*

Die Leistungsvoraussetzungen sind im Rahmen von einheitlichen Test in den Landesfachverbänden zu überprüfen. Alle Testleistungen sind an einem Tag zu erbringen. Es sind die sportlichen Mindestanforderungen für alle vier Tests zu erfüllen.

| ***Jugend B*** | ***Jugend A/ Junioren*innen*** |
|---|---|
| | |
| 50m Kraul | 50m Kraul |
| 400m Kraul | 400m Kraul |
| 3000m-Lauf | 5000m Lauf |
| Bourban-Test | Bourban-Test |

## *Mindestanforderungen zu den o. g. Testleistungen*

| *Alter / AK* | *50m Kraul* | *400m Kraul* | *3000m Laufen* | *5000m Laufen* | *Bourban-Test* |
|---|---|---|---|---|---|
| ***Weiblich*** | | | | | |
| 15 / Jugend B | 33,5 | 05:45 | 11:40 | | 02:00 |
| 16 / Jugend A | 32,5 | 05:25 | | 20:00 | 02:30 |
| 17 / Jugend A | 31,5 | 05:15 | | 19:40 | 02:30 |
| 18 / Juniorinnen | 31 | 05:00 | | 19:20 | 02:30 |
| 19 / Juniorinnen | 30,5 | 04:55 | | 19:00 | 02:30 |
| ***Männlich*** | | | | | |
| 15 / Jugend B | 31 | 05:25 | 10:30 | | 02:00 |
| 16 / Jugend A | 30 | 05:10 | 10:00 | 18:00 | 02:30 |
| 17 / Jugend A | 29,5 | 05:00 | | 17:00 | 02:30 |
| 18 / Junioren | 29 | 04:50 | | 16:40 | 02:30 |
| 19 / Junioren | 28,5 | 04:40 | | 16:20 | 02:30 |

## *DTU-Cup Team*

Zusätzlich zu den oben geforderten Leistungen für den Landeskader wird es ein DTU-Cup Team nach dem Vorbild anderer Landesverbände geben. Voraussetzung ist die Erfüllung von mindestens zwei Normen!! Damit einher geht die Teilnahme an den DTU-Cup Rennen und der Deutschen Meisterschaft im Triathlon.

| ***Ablaufplan Sichtung Herbst*** | |
|---|---|
| | |
| *Uhrzeit* | *Inhalt* |
| *bis 09:45* | *Anreise* |
| *10:00* | *Vorbesprechung* |
| *10:10* | *Einlaufen* |
| *10:30* | *Beginn Laufen* |
| *12:00* | *Beginn Athletiktest (Bourban-Test)* |
| *12:30* | *Mittagspause* |
| *13:45* | *Einschwimmen* |
| *14:00* | *Beginn Schwimmen* |
| *15:30* | *Abschlussbesprechung* |
| *16:00* | *Ende der Veranstaltung* |

Anmeldungen mit Adresse, Geburtsdatum und Verein bitte per E-Mail an landestrainer@rtv-triathlon.de

Meldeschluss ist der 19.10.2026!