



## Alle Details zur 1. Triabolos-Alleycat

**WICHTIG:** Lies Dir auf jeden Fall die Aufgaben vor Deinem Start genau durch – es sind einige Dinge vorzubereiten und mitzunehmen

### Deine TRIABOLOS-Checkpoints mit den Aufgaben vor Ort:

- **Jahnkampfbahn (Triabolos Lauftraining)**  
Aufgabe: 1 min Video von Lauf-ABC oder Mobility als Koppeltraining vor dem Eingang der Jahnkampfbahn
- **TRIABOLOS- Ort...? (Startpunkt des legendären Triabolos Neujahrslaufes)**  
Aufgabe: Diesen Checkpoint musst Du selbst rausfinden...  
Aufgabe: Wie heißt der Anleger der Alsterboote dort?
- **Alsteranleger Jungfernstieg (Triabolos ITU-Schwimm-Start)**  
Aufgabe: Foto dort mit Badekappe und Schwimmbrille
- **TRIABOLOS- Ort...? (legendärer Radtraining-Startpunkt am Deich)**  
Aufgabe: Diesen Checkpoint musst Du selbst rausfinden...  
Aufgabe: Wie lautet dort der nächste Deichkilometer Richtung Zollenspieker?
- **Alsterschwimmhalle (Schwimmtraining)**  
Aufgabe: Kreatives Foto vom Rad oder des Teilnehmers mit Rad mit der Baustelle ASH
- **Leistungszentrum Kanu und Rudern Allermöhe (Elbetriathlon)**  
Aufgabe: Leistungszentrum Kanu und Rudern Allermöhe (Elbetriathlon)- Aufgabe: Hinterlass auf der Tafel am Geländer des Zielturms einen Lieben Gruß mit Datum an alle Teilnehmer, z.B. auf einem Klebestreifen, den Du mitbringen musst oder direkt mit einem EDDING auf der Tafel und dokumentiere dies mit einem Foto
- **TRIABOLOS- Ort...? (Triabolos Zentrale)**  
Aufgabe: Die Adresse dieses Checkpoints musst du selbst herausfinden

### Zusatz- Aufgaben:

- **Foto von weihnachtlicher Dekoration** am Rad und/oder Teilnehmer(n) an seinem/ihrem Startpunkt
- **Motivierendes Triabolos Neujahres-Gedicht** schreiben: Eine Strophe mit vier Zeilen, die sich reimen (Hier entsteht im Anschluss zusammengefügt das längste Triathlon-Neujahres-Gedicht der Welt...)
- **Foto von einem Ghost Bike**
- **Kuchen, Kaffee oder Schokoriegel** an einer Tanke kaufen – symbolisch als üblicher Pausenstopp – Foto vom Bon
- **Kurieraufgabe** – Kurieraufgabe – bringe Etwas von A nach B: Macht jemanden eine Freude und bringt auf Eurem Weg eine Kleinigkeit, die Ihr entbehren könnt am Hamburger Gabenzaun <https://www.hamburger-gabenzaun.de/> vorbei (Ist wieder erlaubt) - und dokumentiere dies mit einem Foto

•

## Manifest (Rahmenbedingungen):

- Startpunkt: Eigene Haustür / gemeinsamer Treffpunkt des 2er-Teams
- Die Checkpoints bzw. deren Aufgaben können in beliebiger Reihenfolge angefahren oder auch ausgelassen werden
- Den Track baut sich jeder/jedes 2er Team selbst und lädt ihn nach dem abgeschlossenen Alleycat auf Komoot hoch und markiert den Triabolos-Alleycat-Account: Triabolos Radchallenges als Teilnehmer zum Beweis
- Du startest allein, oder als Team, covid-19 konform aber max. zu Zweit
- Zeitvorgabe: Es gibt keine Zeitvorgabe, außer dass der Alleycat an einem Tag gefahren werden soll.
- Zeitraum: 6.12 - 20.12.2020 (23:59)
- Die Zusatz-Aufgaben, schaffen halt im besten Fall Bonuspunkte - müssen also nicht zwingend erledigt werden
- Alle Lösungen der Aufgaben (+ Fotos, Video) bis 21.12.2020 / 23:59 Uhr bitte unter folgenden sog. Google Form - „Formular“ eintragen:  
<https://forms.gle/fw7RRrMHERRReFLBKA>

## Bewertung –Punkteverteilung:

Je benannter Checkpoint: 1 Punkt

Je unbekannter Checkpoint: 2 Punkte

Je Aufgaben an den Checkpoints: max. 12 Punkte

Track: max. 10 Punkte

Je Zusatzaufgabe: max. 10 Punkte

## Gewinne... Gewinne...

Die Gewinner werden nach dem Punkteschema ermittelt und im Januar 2021 bekannt gegeben. Es warten großartige Gewinne auf Dich!

Lass es Dir zudem nicht entgehen, mit einem echten Alleycat-TRIABOLOS-Trophäen-UNIKAT für alle Teilnehmer belohnt zu werden...!

## Kontakt:

Zum Austausch und für alle Rückfragen haben wir eine

- WhatsApp-Gruppe eingerichtet: <https://chat.whatsapp.com/Gm5c69Zd5VoHmZ4VWUNbbl>
- Zusätzlich steht folgende eMail – Adresse hierfür zur Verfügung: [triabolos.alleycat@gmail.com](mailto:triabolos.alleycat@gmail.com)

**Ansprechpartner:** Britta & Björn

## Wichtig:

Es gelten die allgemein bekannten Teilnahmeregeln unseres Vereins.

Hinsichtlich der Rechte am Bild werden diese mit dem Versand an uns freigegeben. Ebenso erfolgt die Teilnahme auf eigene Gefahr.