ATHLETEN-BRIEFING

BACKYARDMAN

ULTRA TRIATHLON

DIE WELTPREMIERE

18.09.2026

FREIBAD ZELLINGEN

WILLKOMMEN

Willkommen beim BACKYARDMAN

Liebe Athletin, lieber Athlet,

in wenigen Wochen steht die Weltpremiere des BACKYARDMAN an – der erste Backyard Ultra der Welt im Triathlon-Format. Du hast dich für ein Event entschieden, das es in dieser Form noch nicht gegeben hat: kein Rennen gegen die Uhr, sondern ein Rennen gegen die eigene Erschöpfung, Loop für Loop, bis nur noch eine Person übrig bleibt.

Dieses Briefing ist deine zentrale Informationsquelle für den Renntag. Es fasst das komplette Regelwerk, den Zeitplan und alle organisatorischen Details zusammen, die du kennen musst, um vorbereitet an der Startlinie zu stehen. Lies es aufmerksam und bring es dir am besten in digitaler oder ausgedruckter Form ins Camp mit.

> *„Nicht wie schnell, sondern wie lange." – Die Idee hinter dem BACKYARDMAN*

Wir freuen uns riesig, dich beim ersten BACKYARDMAN am Beckenrand zu begrüßen.

David Wiedl & Jürgen Schweighöfer – BACKYARDMAN Organisationsteam

KAPITEL 1

Das Wichtigste auf einen Blick

KURZÜBERSICHT RENNTAG

Datum: Freitag, 18. September 2026

Ort: Freibad Zellingen, 97314 Zellingen (bei Würzburg)

Camp-Öffnung: ab 08:00 Uhr – Aufbau, Startnummern-Abholung, technische Radkontrolle

Athleten-Briefing: 11:30 Uhr durch die Rennaufsicht

Erster Start: 12:00 Uhr (Läuten der Glocke)

Loop-Intervall: alle 2 Stunden, immer zur nächsten geraden Stunde (14:00, 16:00, 18:00 Uhr usw.)

Loop-Distanzen: 500 m Schwimmen · 20 km Radfahren (2 × 10,3 km) · 5 km Laufen

Zeitlimit: 2 Stunden pro kompletter Loop – keine Cutoffs für einzelne Disziplinen

Rennende: offen – das Event endet erst, wenn nur noch eine Person einen Loop komplett allein beendet

Rennleitung: David Wiedl (kann im Rennverlauf an weitere Personen des Organisationsteams übergehen)

Pflichtausrüstung in Kürze

- Transponder-Band (vom Event gestellt) – durchgehend am Fuß tragen
- Badekappe (vom Event gestellt) – beim Schwimmen tragen
- Helm – Pflicht beim Radfahren
- Bei Dunkelheit: Licht vorne/hinten + Warnweste (Rad), Stirnlampe + Warnweste (Lauf)

Wichtigste Sicherheitsregeln

- Anweisungen von Rennaufsicht und Rettungsschwimmer:innen ist unbedingt Folge zu leisten
- Kopfhörer sind beim Radfahren verboten
- Windschattenfahren (Drafting) ist verboten – Mindestabstand ca. 10 m / 5 Radlängen
- Wer nicht startbereit am Beckenrand steht, wenn der nächste Loop beginnt, scheidet aus

KAPITEL 2

Zeitplan – Renntag

Uhrzeit	Was passiert
ab 08:00 Uhr	Athleten-Camp geöffnet: Geländezugang, Aufbau des Camps, Startnummern-Abholung, technische Radkontrolle durch die Rad-/Rennaufsicht
11:30 Uhr	Athleten-Briefing durch die Rennaufsicht (verpflichtend vor dem ersten Loop)
12:00 Uhr	Start des 1. Loops: Läuten der Glocke
3 Min. vor jedem Loop-Start	Musik als Vorwarnsignal: Zeit, dich startbereit am Beckenrand einzufinden
alle 2 Std. (14:00, 16:00, 18:00 Uhr …)	Start des jeweils nächsten Loops: pünktlich zur vollen 2-Stunden-Marke, unabhängig vom individuellen Fortschritt
laufend	Restzeit bis zur nächsten 2-Stunden-Marke = deine individuelle Pause im Camp
offen	Kein festes Renn-Ende. Es läuft weiter, bis nur noch eine Person einen kompletten Loop allein beendet.

Wiederkehrender Ablauf pro Loop-Start

- 3 Minuten vor der vollen Stunde: Musik ertönt als Vorwarnsignal
- Du musst alle zwei Stunden wieder komplett startbereit ausgerüstet am Beckenrand stehen (inkl. Schwimmbekleidung und Badekappe) – reine Anwesenheit reicht nicht
- Zur vollen Stunde: Läuten der Glocke = Startsignal für den nächsten Loop

ACHTUNG

Wer zum Startzeitpunkt nicht startbereit am Beckenrand steht, scheidet aus (siehe Kapitel 11 – DNF & Disqualifikation).

KAPITEL 3

Das BACKYARDMAN-Format

BACKYARDMAN überträgt das Prinzip des Backyard Ultra erstmals auf den Triathlon. Statt einer festen Distanz und einer Zielzeit läufst, schwimmst und radelst du so viele Loops, wie du durchhältst – bis nur noch eine Person übrig ist.

Was ist ein Loop?

Ein Loop umfasst alle drei Triathlon-Disziplinen in fester Reihenfolge: 500 m Schwimmen, 20 km Radfahren (2 Runden à 10,3 km) und 5 km Laufen. Für den kompletten Loop (alle drei Disziplinen zusammen) – steht ein Zeitlimit von 2 Stunden zur Verfügung. Es gibt keinen separaten Cutoff für die einzelnen Teildisziplinen; nur die Gesamtzeit von 2 Stunden zählt.

Wann startet der nächste Loop?

Der nächste Loop beginnt immer pünktlich zur vollen 2-Stunden-Marke – unabhängig davon, wie schnell oder langsam du deinen vorherigen Loop beendet hast. Bist du zum Beispiel nach 1:40 Stunden fertig, hast du noch 20 Minuten individuelle Pause bis zum nächsten Start.

Was passiert bei Zeitüberschreitung?

Überschreitest du die 2 Stunden und stehst nicht rechtzeitig startbereit am Beckenrand, scheidest du aus (DNF). Das gilt unabhängig davon, wie viele Loops du zuvor bereits geschafft hast.

Wie endet das Event, und wer gewinnt?

Das Event endet, sobald nur noch eine einzige Person einen Loop komplett allein beendet. Diese Person gewinnt den BACKYARDMAN. Alle anderen gelten offiziell als DNF (Did Not Finish) – unabhängig davon, wie viele Loops sie insgesamt absolviert haben. Es zählt also nicht die schnellste Zeit, sondern allein das Durchhalten.

KAPITEL 4

Der Ablauf eines Loops

SCHWIMMEN → CAMP → RADFAHREN → CAMP → LAUFEN → CAMP

1. Start / Schwimmen

Der Loop beginnt mit dem Läuten der Glocke am Beckenrand. Du schwimmst deine feste Bahn im Kreisverkehrprinzip (500 m, 10 × 50 m) im Freibad Zellingen.

2. Zurück ins Camp – Rad holen

Nach dem Schwimmen geht es direkt in dein eigenes Camp. Dort holst du dein Fahrrad. Denk daran: Im Camp wird das Rad geschoben, nicht gefahren. Hänge dein Rad an den Radständer in Ziel nähe.

3. Radfahren

20 km auf dem Mainradweg (2 Runden à 10,3 km), Start und Ziel direkt am Freibad.

4. Zurück ins Camp – Laufsachen holen

Rad im Camp abstellen (schieben!), Laufausrüstung holen und raus auf die Laufstrecke.

5. Laufen

5 km entlang des Mainradwegs, zurück zum Freibad Zellingen.

6. Zurück ins Camp – Pause

Nach dem Laufen geht es zurück ins Camp. Dort ruhst du dich aus, versorgst dich und bereitest dich auf den nächsten Loop vor, bis die verbleibende Zeit bis zur nächsten vollen 2-Stunden-Marke abgelaufen ist.

KURZ GESAGT

Es gibt keine klassische Wechselzone. Dein Camp ist deine Basis für den kompletten Wettkampf. Dort wechselst du Ausrüstung, isst, trinkst und ruhst dich aus.

KAPITEL 5

Athleten-Camp

Es gibt keine klassische Wechselzone wie im klassischen Triathlon. Stattdessen hast du dein eigenes Athleten-Camp direkt neben dem Schwimmbecken. Dort schlägst du dein Zelt bzw. deinen Pavillon auf, wechselst deine Ausrüstung und verbringst deine Pausen.

Größe & Aufbau

- Maximale Zelt-/Pavillongröße: 3 × 3 m pro Athlet:in
- Aufbau ist ab 08:00 Uhr möglich, wenn das Gelände geöffnet wird
- Ausstattung und Verpflegung im Camp organisierst du selbst

Ablauf im Camp

- Nach dem Schwimmen: ins eigene Camp, Rad holen, raus auf die Radstrecke
- Nach dem Radfahren: Rad im Camp abstellen, Laufsachen holen, raus auf die Laufstrecke
- Nach dem Laufen: zurück ins Camp, ausruhen bis zum nächsten Rundenstart
- Kein Cutoff für einzelne Disziplinen, nur das Gesamtzeitlimit von 2 Stunden zählt

Fahrrad im Camp

> **WICHTIGE CAMP-REGEL**
>
> Im Athleten-Camp muss das Fahrrad geschoben werden. Gefahren werden darf es erst nach Verlassen des Camps bzw. es muss vor dem Wiedereinkehren abgesessen werden. Ein Verstoß gilt als Regelverstoß (siehe Kapitel 17).

Support-Crew

- Jede:r Athlet:in darf eine eigene Support-Crew mitbringen (ca. 1–3 Personen empfohlen, mehr ist möglich).
- Deine Crew darf dich im Camp unterstützen: Ausrüstung vorbereiten, Verpflegung, Wechsel-Hilfe etc.

Strom, Wasser & Kiosk

- Das BACKYARDMAN-Team stellt durchgehend Strom und Leitungswasser im Camp-Bereich bereit.
- Direkt neben Start/Camp gibt es einen Kiosk, an dem du zusätzliche Verpflegung kaufen kannst.

KAPITEL 6

Schwimmen (500 m)

Kennzahl	Wert
Distanz	500 m (10 × 50 m)
Ort	Freibad Zellingen
Erwartete Wassertemperatur	ca. 20–22 °C
Cutoff	kein separater Cutoff – nur Gesamtzeit des Loops zählt

- Bahnzuteilung: Zu Beginn des Events wird dir eine feste Bahn zugewiesen (Einteilung nach gemeldeten Schwimmzeiten, ca. 8 Athlet:innen pro Bahn)
- Schwimmrichtung: Kreisverkehrprinzip auf jeder Bahn – durchgehend Rechtsverkehr
- Neoprenanzug: erlaubt, aber **nicht verpflichtend**, unabhängig von der tatsächlichen Wassertemperatur
- Schwimmstil ist freigestellt. Verboten ist die bewusste Behinderung anderer Athlet:innen
- Rettungsschwimmer:innen sind durchgehend anwesend. Ihren Anweisungen ist unbedingt Folge zu leisten – sie können dich aus dem Rennen nehmen (→ DNF)
- Festhalten bei Erschöpfung ist erlaubt (Rand/Leine), ohne Zeitgutschrift. „Leine-Ziehen“ ist verboten und wird abgemahnt
- Die Badekappe (vom Event gestellt) ist während des Schwimmens zu tragen

ACHTUNG – WETTERBEDINGUNGEN

Bitte schätze deine eigene Verfassung realistisch ein. Wenn Schwimmen gefährlich für dich werden könnte, hör auf. Lassen die Wetterbedingungen das Schwimmen nicht mehr sicher zu, kann die Rennaufsicht den Wettkampf pausieren oder abbrechen (siehe Kapitel 13).

KAPITEL 7

Radfahren (20 km)

Kennzahl	Wert
Länge pro Runde	10,3 km (× 2 = 20 km)
Höhenmeter	ca. ±30 m (flach)
Strecke	Mainradweg, Start/Ziel Freibad Zellingen
Hinweis	Strecke führt durch Schutzgebiet (Uferstreifen am Main)

Der Radweg bleibt **für den öffentlichen Verkehr geöffnet**. Es gelten die üblichen Verkehrsregeln (StVO).

- Helmpflicht: **Ohne Helm darf nicht losgefahren werden!**
- Startnummer muss am Rücken sichtbar getragen werden.
- Bei Dunkelheit: Licht vorne und hinten sowie Warnweste sind Pflicht.
- Windschattenfahren (Drafting) ist verboten – Mindestabstand ca. 10 m bzw. ca. 5 Radlängen. Beobachtest du einen Verstoß, wende dich bitte an die Rennaufsicht.
- Aufsatzlenker sind erlaubt – schätze selbst ein, wann der Einsatz sinnvoll ist.
- Kopfhörer sind verboten.
- Bei technischem Defekt liegt die Reparatur in deiner eigenen Verantwortung bzw. in der deiner Crew. Die Loop-Zeit läuft währenddessen weiter.
- Du kannst gerne ein Ersatzrad mitbringen
- Es muss immer Rechts gefahren werden

KAPITEL 8

Laufen (5 km)

Kennzahl	Wert
Länge	5,0 km
Höhenmeter	ca. ±10 m (flach)
Strecke	entlang des Mainradwegs, Start/Ziel Freibad Zellingen

- Startnummer muss vorne sichtbar getragen werden
- Bei Dunkelheit sind Warnweste und Stirnlampe Pflicht
- Zwei Stunden (also einen Loop) vor Eintritt der Tragepflicht wird noch einmal darauf hingewiesen, damit deine Crew die Ausrüstung rechtzeitig bereitlegen kann
- Verpflegung auf der Strecke ist Eigenverantwortung – es gibt keine offiziellen Aid-Stations (siehe Kapitel 12)

KAPITEL 9

Pflichtausrüstung

Vom Veranstalter gestellt

- Transponder-Band **PFLICHT** – durchgehend am Fuß für die Zeitmessung zu tragen
- Badekappe **PFLICHT** – während des gesamten Schwimmens zu tragen

Radfahren

- Funktionierendes Fahrrad und funktionierender Helm **PFLICHT**
- Startnummer am Rücken **PFLICHT**
- Keine Kopfhörer **PFLICHT** (nur beim Radfahren verboten)
- Licht vorne und hinten **PFLICHT** (nur bei Dunkelheit)
- Warnweste **PFLICHT** (nur bei Dunkelheit)

Laufen

- Startnummer vorne **PFLICHT**
- Stirnlampe **PFLICHT** (nur bei Dunkelheit)
- Warnweste **PFLICHT** (nur bei Dunkelheit)

Schwimmen

- Neoprenanzug **EMPFOHLEN** – erlaubt, aber nicht verpflichtend, unabhängig von der Wassertemperatur

Empfohlene zusätzliche Ausrüstung

- Eigene Verpflegung und Getränke fürs Camp **EMPFOHLEN**
- Warme Kleidung für kühle Nachtstunden **EMPFOHLEN**
- Regenschutz für Camp und Ausrüstung **EMPFOHLEN**
- Handy für Notfälle (Radfahren/Laufen) **EMPFOHLEN**

KAPITEL 10

Start, Loop-Wechsel und Zeitlimit

Dieser Abschnitt ist einer der wichtigsten im gesamten Briefing. Hier entscheidet sich, ob du im Rennen bleibst.

SO LÄUFT JEDER LOOP-START AB

3 Minuten vor der vollen Stunde: Vorwarnsignal per Musik

Du musst jetzt bereit sein: komplett startbereit ausgerüstet am Beckenrand stehen, inkl. Schwimmbekleidung und Badekappe – reine Anwesenheit reicht nicht

Zur vollen Stunde: Läuten der Glocke = Startsignal für den nächsten Loop

Der Loop startet für alle gleichzeitig, unabhängig davon, wann du deinen vorherigen Loop beendet hast

Was, wenn ich früher fertig bin?

Die verbleibende Zeit bis zur nächsten vollen 2-Stunden-Marke ist deine individuelle Pause. Beispiel: Du beendest den Loop in 1:40 h → 20 Minuten Pause bis zum nächsten Start.

Was, wenn ich das Zeitlimit überschreite?

Wer zum Start des nächsten Loops nicht startbereit am Beckenrand steht, scheidet aus. Es gibt keine Verlängerung und keinen Nachstart.

KAPITEL 11

DNF, Ausscheiden und Disqualifikation

Es gibt vier Wege auszuscheiden:

#	Grund
1	Zeitüberschreitung: nicht startbereit nach Ablauf der 2 Stunden
2	Freiwilliger Rückzug
3	Gesundheitliche Gründe/Verletzung
4	Disqualifikation durch Rennleitung/Aufsicht

Das Ritual: Glocke & Namenstafel

- Eine Klebetafel mit den Namen aller Athlet:innen hängt sichtbar im Camp-/Startbereich.
- Scheidest du aus, läutest du die Glocke und hängst deinen Namen ab. Anschließend nimmst du deine BACKYARDMAN-Medaille.
- Bist du dazu nicht in der Lage, übernimmt die Rennaufsicht das Läuten und Abhängen.

BEI VERLETZUNG ODER GESUNDHEITLICHEN PROBLEMEN

Bitte helft euch gegenseitig und informiert umgehend die Rennaufsicht.

Verwarnungen

Bei Regelverstößen erfolgt zunächst eine Verwarnung durch die Rennleitung/Aufsicht. Nach drei Verwarnungen scheidest du aus.

KAPITEL 12

Verpflegung & Support

- Verpflegung ist grundsätzlich deine eigene Aufgabe. Es gibt keine offiziellen Aid-Stations auf der Strecke.
- Unsere Sponsoren stellen zusätzlich etwas Verpflegung für alle Athlet:innen bereit. Das ersetzt aber nicht deine eigene Verpflegungsplanung, die Verantwortung dafür bleibt bei dir.
- Deine Support-Crew darf dich im Camp bei der Verpflegung unterstützen.
- Direkt neben Start/Camp gibt es einen Kiosk, an dem zusätzliche Verpflegung gekauft werden kann. (Öffnungszeiten beachten)
- Das BACKYARDMAN-Team stellt durchgehend Strom und Leitungswasser im Camp-Bereich bereit.

EMPFEHLUNG

Plane deine Verpflegung für mehrere Loops im Voraus und bespreche mit deiner Support-Crew, wer im Camp welche Aufgaben übernimmt (Ausrüstung, Essen, Wechsel-Hilfe).

KAPITEL 13

Wetter & Sicherheit

Mitte September ist in Unterfranken mit durchschnittlich milden Tagestemperaturen und kühleren Nächten zu rechnen. Der wichtigste Sicherheitsfaktor beim BACKYARDMAN ist die Schwimmdisziplin, weshalb hier besondere Aufmerksamkeit gilt.

Rennunterbrechung und -abbruch

- Lassen die Wetterbedingungen den Wettkampf nicht mehr zu (v. a. wenn Schwimmen nicht mehr sicher möglich ist), kann und wird die Rennaufsicht das Rennen abbrechen.
- Je nach Lage wird der Wettkampf zunächst pausiert und bei Besserung fortgesetzt.
- Ist keine Besserung in Sicht, wird der Wettkampf endgültig abgebrochen.

WICHTIG BEI ABBRUCH

Da alle verbliebenen Athlet:innen zu jedem Zeitpunkt dieselbe Rundenzahl haben, kann bei einem Abbruch kein Sieger ermittelt werden.

Verhalten im Notfall

- Folge jederzeit den Anweisungen der Rennaufsicht, der Rettungsschwimmer:innen und der Streckenposten.
- Bei Verletzungen oder gesundheitlichen Problemen: Helft einander und informiert umgehend die Rennaufsicht.
- Die Rettungskräfte (RKT) sind durchgehend (24/7) vor Ort im Einsatz.

Notfallkontakt Rettungskräfte: 0155 68901277 (auch auf der Rückseite deiner Startnummer zu finden).

KAPITEL 14

Anreise & Parken

ADRESSE

Freibad Zellingen · 97314 Zellingen (bei Würzburg)

- Start, Ziel und Athleten-Camp liegen alle direkt am Freibad. Du brauchst also nur einmal zu parken.
- Am Freibad Zellingen stehen ausreichend Parkplätze zur Verfügung.
- Außerdem gibt es Wohnmobilstellplätze direkt vor Ort.

KAPITEL 15

Rennleitung & Notfall

Funktion	Kontakt
Rennleitung	David Wiedl (kann im Rennverlauf an weitere Personen des Organisationsteams übergehen)
Telefon Rennleitung (David Wiedl)	0152 26147100
Fragen vorab / E-Mail	backyardman.ultra@gmail.com
Veranstalter	J.A. Schweighöfer Veranstaltungs UG (haftungsbeschränkt), Mainaustraße 48, 97082 Würzburg
Medizinische Versorgung / Rettung	Rettungskräfte durchgehend (24/7) vor Ort
Notfallkontakt Rettungskräfte	0155 68901277

GUT ZU WISSEN

Rennleitung und Notfallkontakt findest du auch auf der Rückseite deiner Startnummer. Damit hast du sie während des gesamten Wettkampfs immer griffbereit bei dir.

KAPITEL 16

Livestream – der BACKYARDMAN live im Netz

Der komplette BACKYARDMAN wird durchgehend live gestreamt: vom ersten Loop-Start bis zum großen Finale, wenn nur noch eine Person übrig ist. So können Familie, Freund:innen und alle, die nicht selbst am Beckenrand stehen können, das Event von überall mitverfolgen.

Wo läuft der Stream?

- YouTube: Der Stream startet mit dem ersten Loop am 18.09.2026 ab 12:00 Uhr auf dem offiziellen BACKYARDMAN-Kanal.
- Twitch: Das Event wird zusätzlich auf Twitch übertragen.

KANÄLE ABONNIEREN

YouTube: @backyardman.ultratriathlon

Twitch: twitch.tv/backyardmanultra

Abonniere die Kanäle jetzt schon und leite es an deine Freunde weiter, damit Niemand den Start nicht verpasst! Die genauen Streamlinks werden kurz vor dem Event final bestätigt.

Was bedeutet das für dich als Athlet:in?

- Kameras begleiten Loop-Starts, das Camp und die Strecke. Rechne damit, im Bild zu sein, sobald du im Camp- oder Startbereich unterwegs bist.
- Ein Außen-Kommentator ist mit Kamera und Mikro im Athleten-Camp unterwegs und führt dort Interviews. Du darfst gerne mitmachen, musst aber nicht.
- Mit deiner Anmeldung erkennst du an, dass Foto- und Videoaufnahmen während des Events für redaktionelle und werbliche Zwecke des BACKYARDMAN verwendet werden dürfen (siehe Haftungsausschluss).

KAPITEL 17

Die wichtigsten Verhaltensregeln: Zusammenfassung

- Anweisungen der Rennleitung, Rettungsschwimmer:innen und Streckenposten ist unbedingt Folge zu leisten.
- Bewusste Behinderung anderer Athlet:innen ist verboten.
- Windschattenfahren (Drafting) ist verboten. Es gilt ein Mindestabstand von ca. 10 m bzw. 5 Radlängen.
- Kopfhörer sind beim Radfahren verboten.
- Im Camp musst du dein Fahrrad schieben.
- Auf dem Radweg gelten die üblichen Verkehrsregeln (StVO). Der Radweg bleibt für den öffentlichen Verkehr geöffnet. Es muss immer Rechts gefahren werden.
- Respektvolles und faires Verhalten gegenüber allen Athlet:innen, Helfer:innen und Zuschauer:innen wird erwartet.
- Es gibt keine feste Nachtruhe-Regelung im Camp. Wir bitten aber trotzdem um gegenseitige Rücksichtnahme.
- Bei Regelverstößen erfolgt eine Verwarnung durch die Rennleitung; wobei die dritte Verwarnung zur Disqualifikation führt.
- Typische Regelverstöße: Drafting, respektloses Verhalten, Abkürzen/Betrug, Fahrrad im Camp fahren statt schieben.

KAPITEL 18

Athleten-Checkliste

Vor der Anreise

- ☐ Anmeldung geprüft
- ☐ Anreise geplant
- ☐ Unterkunft organisiert (falls benötigt)
- ☐ Support-Crew informiert und eingeteilt
- ☐ Ausrüstung vollständig (siehe Kapitel 9)

Am Vortag / bei Ankunft

- ☐ Camp aufgebaut (max. 3 × 3 m)
- ☐ Startnummer abgeholt
- ☐ Technische Radkontrolle absolviert
- ☐ Ausrüstung für den ersten Loop vorbereitet
- ☐ Athleten-Briefing um 11:30 Uhr besucht
- ☐ Strecke und Ablauf verstanden

Vor jedem Loop

- ☐ Transponder-Band angelegt
- ☐ Badekappe griffbereit
- ☐ Rad startklar (Helm griffbereit)
- ☐ Laufausrüstung vorbereitet
- ☐ Verpflegung für Pause und nächsten Loop bereit
- ☐ Bei Dunkelheit: Licht/Warnweste (Rad) bzw. Stirnlampe/Warnweste (Lauf) bereitgelegt
- ☐ Akkus Checken

KAPITEL 19

Haftungsausschluss und rechtliche Hinweise

HINWEIS

Die rechtsverbindliche Einverständniserklärung hast du bereits bei der Anmeldung über race result unterschrieben. Dieser Abschnitt fasst die wichtigsten Punkte noch einmal zur Erinnerung zusammen und ersetzt nicht die unterschriebene Erklärung.

Teilnahme auf eigenes Risiko

- Die Teilnahme am BACKYARDMAN erfolgt auf eigenes Risiko. Mit deiner Anmeldung erkennst du die Rechts- und Verfahrensordnung des Veranstalters als für dich verbindlich an.
- Du verpflichtest dich, die Sportordnung einzuhalten, wie sie vom Veranstalter und Ausrichter in der Ausschreibung, in der Teilnahmebestätigung und in den schriftlich erlassenen Bestimmungen zur Wettkampfbesprechung festgelegt ist.
- Du hast die Wettkampfstrecken in Augenschein genommen und ihre Tauglichkeit für deine Teilnahme anerkannt. Stellst du Sicherheitsrisiken für dich fest, informierst du umgehend die Wettkampfleitung.
- Du sicherst zu, körperlich fit und für den Wettkampf ausreichend trainiert zu sein.
- Dir ist bekannt, dass die Teilnahme Gefahren birgt und das Risiko ernsthafter Verletzungen bis hin zu tödlichen Unfällen und Eigentumsschäden nicht ausgeschlossen werden kann.

Verhalten auf der Strecke

- Beim Laufen und Radfahren auf dem Radweg rechts bleiben.
- Den Anordnungen der Streckenposten ist Folge zu leisten.

Medizinische Versorgung

- Du bist damit einverstanden, während des Wettkampfs medizinisch behandelt zu werden, falls dies bei Verletzungen, Unfällen oder Erkrankungen ratsam ist.
- Sanitätsdienstliche Leistungen vor, während und nach dem Wettkampf sind mit dem Startgeld abgegolten. Jede darüberhinausgehende ärztliche Leistung, auch im Rahmen regenerativer Infusionstherapie, ist kostenpflichtig und wird über die Krankenkasse oder privat abgerechnet.

Bild- und Namensrechte

- Mit der Anmeldung erlaubst du, dass dein Name und dein Bild von den Medien, etwa im Rahmen von Fernsehübertragungen, dem Livestream oder im Internet, im Zusammenhang mit dem Wettkampf gratis und uneingeschränkt verwendet werden dürfen (siehe auch Kapitel 16 – Livestream)

Haftung des Veranstalters

- Die Haftung des Veranstalters und Ausrichters, auch gegenüber Dritten, ist auf Vorsatz und grobe Fahrlässigkeit beschränkt. Das gilt auch für die vom Veranstalter eingesetzten Firmen und Helfer:innen.

- Für andere Schäden als solche aus der Verletzung des Lebens, des Körpers oder der Gesundheit ist die Haftung des Veranstalters ausgeschlossen, soweit sie nicht auf einer vorsätzlichen oder grob fahrlässigen Pflichtverletzung des Veranstalters, seines gesetzlichen Vertreters oder Erfüllungsgehilfen beruht.
- Du stellst die Veranstalter, die Ausrichter:innen und Helfer:innen von sämtlichen Haftungsansprüchen frei, soweit diese nicht über die gesetzliche Haftpflicht gedeckt sind. Eingeschlossen sind sämtliche unmittelbaren und mittelbaren Schäden sowie übergesetzliche Ansprüche, die du, deine Erb:innen oder sonstige Dritte aufgrund erlittener Verletzungen oder im Todesfall geltend machen könnten. Das gilt nicht, falls Schäden auf grob fahrlässiges oder vorsätzliches Handeln von den Veranstaltern, Ausrichter:innen oder Helfer:innen zurückzuführen sind.
- Du stellst die Veranstalter, die Ausrichter:innen und Helfer:innen zudem von jeglicher Haftung gegenüber Dritten frei, soweit diese Dritten Schäden infolge deiner Teilnahme am Wettkampf erleiden.
- Der Veranstalter haftet nicht für Ausrüstungsgegenstände oder andere persönliche Gegenstände, die abhandenkommen, soweit dies nicht auf einer vorsätzlichen oder grob fahrlässigen Pflichtverletzung beruht. Du solltest daher gegen Diebstahl versichert sein.
- Im Falle höherer Gewalt, Verlegung oder Ausfall der Veranstaltung sind keine Regressansprüche gegen die Veranstalter möglich.

Gesundheitliche Eignung

- Mit Empfang deiner Startnummer erklärst du verbindlich, dass gegen deine Teilnahme keine gesundheitlichen Bedenken bestehen.

Anmeldung, Rückerstattung & Startplatzverschiebung

- Eine Rückerstattung der Anmeldegebühr ist nicht möglich.
- Eine Startplatzverschiebung ist nur einmalig möglich, gegen Vorlage eines ärztlichen Attests. Es fällt eine Bearbeitungsgebühr von 10 € an.

DANKE!

an unsere Sponsoren

LIFESTYLE
Quality Fitness

KRESS-BAU
BAUUNTERNEHMUNG

artgerecht

Powerbar

IHR ERMÖGLICHT BACKYARDMAN

ZUM SCHLUSS

Bereit für den BACKYARDMAN

Am 18. September 2026 trittst du zu einem Format an, das es weltweit so noch nicht gegeben hat. Es wird kein Rennen um Bestzeiten. Es wird ein Rennen um Ausdauer, mentale Stärke und die Bereitschaft, immer wieder eine weitere Runde zu starten.

Bereite dich vor, kenn die Regeln, hör auf deinen Körper. Und dann: viel Erfolg!

Wir sehen uns am Beckenrand. – David Wiedl & Jürgen Schweighöfer