

Thomas Cook
IRONMAN
MALLORCA



September 26th, 2015
START: 7:30 | ALCÚDIA, MALLORCA
www.ironman.com



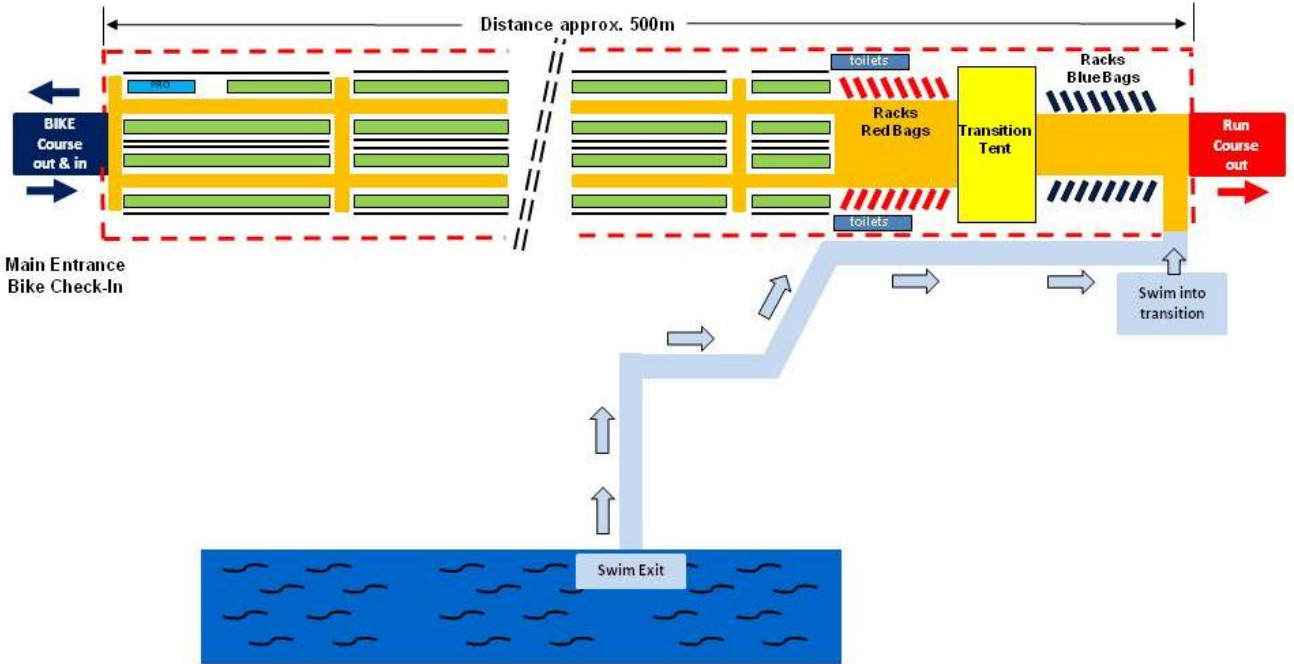
Información sobre la Carrera
Race Info / Wettkampf-Information

Circuito Ciclista
180 km

Bike Course
180 k

Radstrecke
180 km

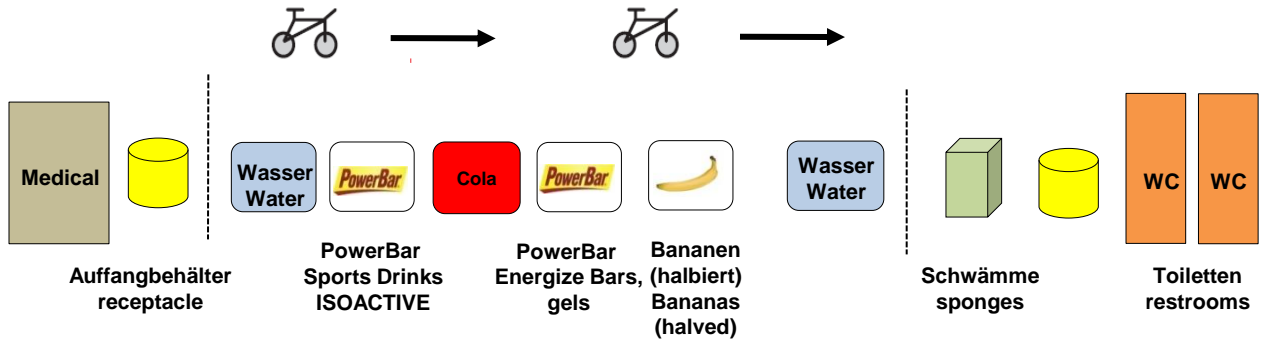




Puestos de Avituallamiento Ciclismo

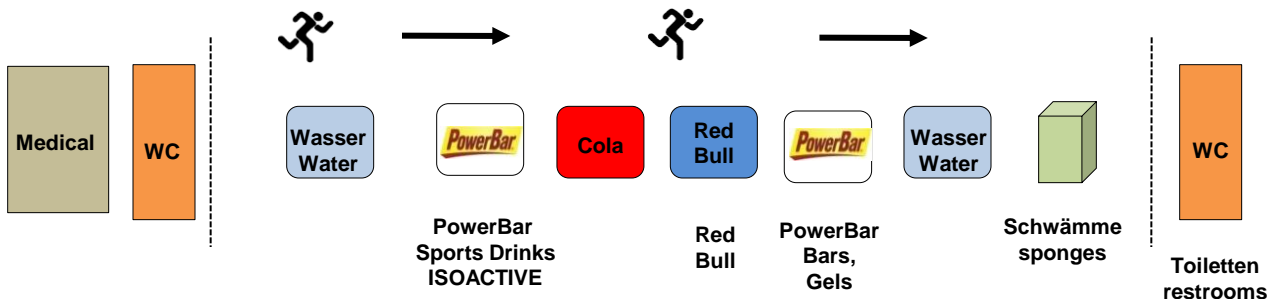
Aid Station Bike

Verpflegung Rad



Puestos de Avituallamiento Carrera a Pie

Aid Station Run / Verpflegung Lauf



Calendario y Horarios **Time Table** **Zeitplan**

• **Miércoles, 23 de Septiembre / Wednesday, September 23 /** Mittwoch 23. September

- 09:00 - 13:00 Ruta guiada circuito ciclista (80 km). Lugar de encuentro , junto zona de Transición
Guided Bike course tour (80 k) Starting beside Transition
 Geführte Radstreckentour (80 km) neben der Wechselzone
- 10:00 - 18:00 IRONMAN SportExpo / **IRONMAN SportExpo** / IRONMAN SportExpo
- 10:00 - 18:00 Registro Atletas en la playa de Alcúdia cerca de meta/ **Registration at Alcudia Beach near the finish line /**
 Registrierung, Strand in Alcudia

• **Jueves, 24 de Septiembre / Thursday, September 24 /** Donnerstag 24. September

- 08:00 - 10:00 Test de neopreno con Arena y Coffee Point en Botel Alcudiamar
Wetsuit Test swim with Arena and Coffee Point at Botel Alcudiamar / Neopren Testschwimmen mit
 Arena und Coffee Point in Botel Alcudiamar
- 10:00 - 18:00 IRONMAN SportExpo / **IRONMAN Sport Expo** / IRONMAN SportExpo
- 11:00 - 12:00 Conferencia de Prensa Pre - Evento (Conselleria de Turismo, C/.Montenegro 5)
Pre Race – Press conference PALMA (Ministry of tourism, Calle Montenegro 5)
 Eröffnungs - Medienkonferenz in Palma (Tourismusministerium , Calle Montenegro 5)
- 10:00 - 18:00 Registro Atletas / **Registration** / Registrierung

• **Viernes, 25 de Septiembre / Friday, September 25 /** Freitag, 25. September

- 08:00 - 10:00 Test de neopreno con Arena y Coffee Point en Botel Alcudiamar
Wetsuit Test swim with Arena and Coffee Point at Botel Alcudiamar / Neopren Testschwimmen mit
 Arena und Coffee Point in Botel Alcudiamar
- 10:00 - 18:00 IRONMAN SportExpo / **IRONMAN Sport Expo** / IRONMAN SportExpo
- 11:00 - 12:00 IRONKIDS , Platja d'Alcúdia
IRONKIDS, Beach of Alcudia/ IRONKIDS , Strand in Alcudia
- 10:00 -18:00 Registro Atletas / **Registration** / Registrierung
- 13:00 - 19:00 Entrada de bicicletas a Boxes Crta. Artá, Port d'Alcudia / **Bike Check-In Crta Artá,Port d'Alcudia /**
 Radabgabe Crta Artá, Port d'Alcudia
- 11:00 - 12:00 Rueda de Prensa de Atletas Pro´s , en Hotel Vanity Golf, Crta. Artá, 13, Port d'Alcudia
Sport – Press Conference with Pro- Athletes, Hotel Vanity Golf, Crta Artá, 13, Port d'Alcudia
 Sport - Pressekonferenz mit Profiathleten, Hotel Vanity Golf, Crta Artá, 13, Port d'Alcudia
- 12:15 - 13:00 Reunión informativa previa para profesionales en la playa
PreRace Briefing for Professionals, at the beach / Wettkampfbesprechung Profi-Athleten, am Strand
- 13:00 - 14:00 Reunión informativa previa en inglés ,en la playa
PreRace Briefing in English language, at the beach / Wettkampfbesprechung in Englisch, am Strand
- 14:30 - 15:30 Reunión informativa previa en alemán ,en la playa
PreRace Briefing in German language, at the beach / Wettkampfbesprechung in Deutsch, am Strand
- 16:00 - 17:00 Reunión informativa previa en español , en la playa
PreRace Briefing in Spanish language, at the beach / Wettkampfbesprechung in Spanisch, am Strand
- 12:00 -17:00 Fiesta de Bienvenida en la playa
Welcome Banquet at the beach / Welcome Banquet am Strand

Continuación/*continue page*/Fortsetzung

• Sabado, 26 de Septiembre / *Saturday, September 26* / *Samstag 26. September*

- 5:30 - 07:00 Zona de transición abierta / *Transition area open*/Wechselzone offen
- 09:00 - 18:00 IRONMAN SportExpo / *IRONMAN Sport Expo* / *IRONMAN SportExpo*
- 07:30 Salida atletas profesionales hombres Thomas Cook IRONMAN Mallorca
Start Professional Men Thomas Cook IRONMAN Mallorca / Start der Profi-Athleten Männer Thomas Cook IRONMAN Mallorca
- 07:32 Salida atletas profesionales mujeres Thomas Cook IRONMAN Mallorca
Start Professional Women Thomas Cook IRONMAN Mallorca / Start der Profi-Athleten Frauen Thomas Cook IRONMAN Mallorca
- 07:37 Salida atletas del resto de atletas (todos los grupos de edad juntos)
Start of Age Groups / Start der Altersklassen
- 15:30 Llegada del ganador a la línea de meta
Winner at the Finish Line / Siegereinlauf
- 18:30 Rueda de Prensa, en Hotel Vanity Golf, Crta. Artá, 13, Port d'Alcudia
Sport – Press Conference, Hotel Vanity Golf, Crta Artá, 13, Port d'Alcudia
Sport - Pressekonferenz, Hotel Vanity Golf, Crta Artá, 13, Port d'Alcudia
- 00:00 Cierre del recorrido en la línea de meta
Cut-Off Finish Line / Rennschluss
- 18:30 – 01:00 Recogida de bicicletas en Boxes
Bike Check out / Bike Check out

• Domingo, 27 de Septiembre / *Sunday, September 27* / *Sonntag 27. September*

- 10:00 - 15:00 IRONMAN SportExpo / *IRONMAN Sport Expo* / *IRONMAN SportExpo*
- 11:00 - 14:00 Banquete en la playa y recogida objetos perdidos / *Awards banquet on the beach + Return of lost property* / *Award Buffet am Strand und Abholung verlorener Gegenstände*
- 12:00 Ceremonia y entrega de Slots en la playa para el campeonato del Mundo en Hawaii 2016
Awards Ceremony and Slot allocation/Rolldown for the 2016 IRONMAN World championship at the beach / *Siegerehrung und Slot-Vergabe für die WM Hawaii 2016 am Strand*

- **IRONMAN Mallorca FanShop**
IRONMAN Mallorca FanShop
IRONMAN Mallorca FanShop

Podrán encontrar los artículos de Merchandising del **IRONMAN Mallorca** en el FanShop situado junto la zona de meta. El FanShop estará abierto el 23,24 y 25 de Septiembre de 10 a 18h , el 26 de 9 a 18h y el 27 de Septiembre de 10 a 15h.

IRONMAN Mallorca merchandise items are available at the FanShop, which is located near the finish line area. The FanShop is open September 23, 24 and 25 from 10:00 am till 6:00 pm, September 26 from 09:00 am till 6:00 pm. And September 27 from 10:00am till 3:00pm.

Die Merchandise -Artikel des **IRONMAN Mallorca** sind im FanShop im Zielbereiches erhältlich. Der Fan Shop ist am 23.,24. und 25. September von 10:00 bis 18:00 Uhr, am 26. September von 9:00 - 18:00 Uhr, und am 27. September von 10:00-15:00 geöffnet.

- **IRONMAN Mallorca SportExpo**
IRONMAN Mallorca SportExpo
IRONMAN Mallorca SportExpo

La Zona Expo del **IRONMAN Mallorca** se encuentra muy cerca de la Zona de Meta y de la Oficina de Información. La Zona Expo del **IRONMAN Mallorca** estará abierta el 25 y 26 de Septiembre de 10 a 18h , y el 27 y 28 de Septiembre de 9 a 18h.

The IRONMAN Mallorca SportExpo is located near the Registration and the Finish Line. The IRONMAN Mallorca SportExpo is open September 25 and 26, from 10:00 am till 6:00 pm and September 27 and 28 from 09:00 am till 6:00 pm.

Die SportExpo des **IRONMAN Mallorca** befindet sich in unmittelbarer Nähe des IRONMAN Wettkampfbüros und des Zielbereiches. Die **IRONMAN Mallorca** SportExpo ist am 25. und 26. September Mai von 10:00 bis 18:00 Uhr geöffnet und am 27. und 28. September von 9:00- 18:00 Uhr.



• Oficina de Carrera – Recogida de Dorsales / Bolsa de Corredor

Race Office - Race Bag Pick-up

Wettkampfbüro - Startnummern-ausgabe

El Registro con la entrega de Dorsales se encuentra en la playa del Puerto de Alcudia, y permanecerá abierta el 23, 24 y el 25 de Septiembre, de 10 a 18h. Para la entrega de Dorsales es necesaria una Licencia Federativa y Documento Nacional de identidad, así como la presentación del Formulario de Exención de Responsabilidad (descargable en la Web), debidamente cumplimentado. Puedes comprar una Licencia temporal de un día en el mismo Registro por un precio de 20,00 €.

*The Race Bag Pick-up is located on the beach of Port de Alcudia. Operating hours are on September 23th, 24th and 25th from 10:00 am till 6:00 pm. Please bring a proof of a valid license and a **valid photo ID** with you. A license for the race day is available at Race Office for Euro 20,00. Also you have to hand in the signed waiver (available for download on our website).*

Die IRONMAN Registrierung mit der Startnummern-Ausgabe befindet sich **am Strand von Port de Alcudia**. Sie ist am 23., 24. und 25. September in der Zeit von **10:00 bis 18:00 Uhr** geöffnet. Bei der Startnummern--Ausgabe ist eine gültige Verbandslizenz und ein **gültiger Personalausweis oder Reisepass** vorzulegen. Des Weiteren ist die **unterschiedene Enthaltungserklärung/Teilnahmebedingungen** (zum Download auf der Webseite verfügbar) im Original vorzulegen. Eine Tageslizenz ist für Euro 20,00 im Race Office erhältlich.

En el Registro, el Atleta recibirá:

At registration the athlete will receive:

Bei der Registrierung erhält der Athlet:

- Pulsera identificativa

Sirve para la Identificación del Atleta y debe de ser llevada durante toda la duración del Evento ,en la muñeca.

- Athlete wristband

used to identify the athlete during the whole event weekend. The athlete must wear it permanently on the wrist.

- Athletenband

dient zur Identifikation des Athleten und ist während des gesamten Wettkampfwochenendes am Handgelenk zu tragen.

- 3 Bolsas de Transición en 3 Colores: / 3 colored transition bags: / 3 Wechselbeutel in den Farben:

- azul / blue / blau

utensilios para la bicicleta / *for bike gear* / für die Radutensilien

- rojo / red / rot

utensilios para la carrera a pie / *for run gear* / für die Laufutensilien

- blanco / white / weiß

ropa para la pre y la post Carrera / *pre-race bag and „after race clothing“* / für die Wechselbekleidung vor + nach dem Rennen

Las Bolsas Azul y Roja se deben entregar debidamente equipadas el Viernes en el Check-in.

La Bolsa Blanca puede dejarse el sábado, antes del comienzo de la Carrera, en la Zona de Natación.

The red and the blue transition bags have to be checked in on Friday in Transition Area. The white transition bag can be dropped off on Saturday at the Swim Start.

Blauer und roter Wechselbeutel sind mit dem entsprechenden Equipment am Freitag beim Check-In abzugeben. Der weiße Beutel kann bei Bedarf vor dem Rennen am Samstag beim Schwimmstart abgegeben werden.

- Dorsales, Portadores y Pegatinas de Dorsales

- + 1 A los atletas se les permite llevar un portadores.
- + 3 En el casco se deben llevar : A la izquierda , en el centro y a la derecha del casco.
- + 1 En la Bicicleta se debe llevar en el cable de Freno trasero , en el Cambio o en el soporte de sillín.
- + 3 Para cada Bolsa de Transición, Azul, Roja y Blanca.

- **BIB (race number) / race number stickers:**

- + 1 for the athlete (BIB). It is allowed to use a race number belt.
- + 3 for the bike helmet. Must be placed on the front, the left and right side of bike helmet.
- + 1 for the bike. Attach the Bike-Race-Number on the rear brake cable, gear cable or the seat-post.
- + 3 for all transition bags (blue, red, white).

- Startnummern / Startnummernaufkleber

- + 1 für Athlet. Das Tragen eines Startnummernbandes ist erlaubt und liegt im Verantwortungsbereich des Athleten.
- + 3 für den Fahrradhelm. Diese werden links, mittig (vorne) und rechts an den Helm angebracht.
- + 1 für das Fahrrad. Dies muss an Bremskabel, Schaltzug oder Sattelstütze angebracht werden.
- + 3 für den jeweiligen Wechselbeutel blau, rot, weiß

- Gorro de Natación / swim cap / Badekappe

El gorro de natación deben ser usado mientras dure la prueba de natación.

Athletes must wear the swim cap provided by the organizer.

Die gestellte Badekappe ist am Wettkampftag zu tragen.

IMPORTANTE ATTENTION WICHTIG!

- Chip de Control de carrera / race chip / Wettkampfchip

Los chips de carrera y sus fijaciones serán suministrados por IRONMAN Mallorca, y entregados al atleta en el Bike Check-in el viernes en el área de Transición! Los atletas deberán colocarlos en su tobillo izquierdo. La utilización de chips propios no está permitido. Los chips de carrera suministrados por la organización son responsabilidad del atleta. En aquel caso en el que un atleta pierda su chip, es su responsabilidad acercarse a un oficial de carrera en la zona de transición y solicitar uno nuevo.

Los chips de la carrera serán necesarios para el Bike Check - Out. Sin chip, no se entregará la bicicleta! En caso de pérdida, el atleta deberá pagar una tasa de 50'00 € por chip.

Race chips and their straps will be supplied by IRONMAN Mallorca and handed out to the athlete at the Bike Check-In on Friday in the Transition Area! Athletes must wear them on the left ankle. No use of personal chips is allowed. Race chips provided by the organizer are in responsibility of the athlete. Should an athlete lose his timing chip at any time during the race, it is in his responsibility to ask an official in the transition area for a new one.

Race chips will be needed for Bike Check - Out. No chip – No Bike! In case of loss the athlete has to pay a fee of Euro 50.00 per chip. You can keep the Neoprene chip strap as a souvenir

Wettkampfchip und Halterung werden vom Veranstalter gestellt und **erst in der Wechselzone bei der Radabgabe am Freitag ausgegeben**. Der Chip ist am linken Fußgelenk zu tragen.

Eigene Chips sind nicht gestattet. Die vom Veranstalter bereitgestellten Chips sind in der Verantwortung des Athleten. Der Veranstalter empfiehlt, den Chip sofort nach Erhalt anzulegen. Sollte der Chip während des Rennens verloren gehen, muss der Teilnehmer einen Offiziellen in der Wechselzone ansprechen. Dieser wird für Ersatz sorgen.

Die Wettkampfchips werden für die Radabholung benötigt: Chip gegen Bike. Bei Verlust des Wettkampfchips ist eine Gebühr von EUR 50,00 zu zahlen. Die Neopren-Chipbänder können als Souvenir behalten werden.

- **Reunión informativa previa** **PreRace briefing** **Wettkampfbesprechung**

Los horarios de las Reuniones informativas en los idiomas correspondientes los encontrarán en la página 5. La asistencia a dichas reuniones es obligatoria.

*The schedule for the PreRace briefings in different languages is listed on the time table on page 5. **The participation at the PreRace briefing is mandatory.***

Die Termine der Wettkampfbesprechung in der jeweiligen Landessprache entnehmen Sie bitte dem Zeitplan auf Seite 5. **Die Teilnahme an der Wettkampf-Besprechung ist verpflichtend.**

- **Banquete-Fiesta de Bienvenida** **Welcome Banquet** **Welcome Banquet**

La fiesta de Bienvenida que incluye una Pasta Party con diferentes variedades de la misma, tendrá lugar el 25 de Septiembre de 12 a 17h. La participación está incluida en la entrada y es gratuita para todos los participantes ;las entradas para acompañantes se podrán comprar directamente en la entrada de la fiesta.

The "Welcome Banquet" with the choice of different pasta dishes takes place on September 25th, from 12:00 am till 5:00 pm at the Beach. The entry fee for IRONMAN Mallorca includes entry to the "Welcome Party".
Additional tickets for the "Welcome Banquet" are available at the entrance of the party area.

Das Welcome Banquet mit verschiedenen Nudelgerichten findet am 25. September von 12:00 - 17:00 Uhr am Strand statt. Die Teilnahme am Welcome Banquet ist für alle angemeldeten Athleten im Startgeld enthalten.
Zusätzliche Eintrittskarten für das Welcome Banquet sind am Eingang des Partybereiches erhältlich.

- **Entrada de bicicletas a Boxes** **Bike Check-In Transition Area** **Radabgabe in der Wechselzone**

La entrega de la Bicicleta , el Casco y las dos Bolsas de Transición , se hará el Viernes de 13:00 a 19:00h , en la zona de Boxes / Transición.

The Bike Check-In is mandatory. Both the blue and the red transition bag have to be checked in together with the bike and helmet. The Check-In counter in the Transition Area is open Friday from 01:00 pm till 7:00 pm.

Die Abgabe von Fahrrad, Helm und den beiden Wechselbeuteln (rot und blau) erfolgt am Freitag zwischen 13:00 und 19:00 Uhr in der Wechselzone.

El Atleta debe registrar lo siguiente:

- Bicicleta: En la cual deberá estar correctamente colocado el dorsal. Ver posiciones.
- Casco: con les tres pegatinas.(Der./Izqda./Centro)
- Dorsal de Carrera : Portadorsales permitido.
- El Casco y el Dorsal deben engancharse a la Bicicleta.

Además

- La Bolsa de Transición Azul con pegatina de dorsal será accesible el día de la prueba y estará guardada en los colgadores de la Carpa de Transición.
- La Bolsa Roja , también marcada con la Pegatina de Dorsal y que incluye los zapatos de carrera a pie, también estará en los colgadores designados para ello.

The athlete must check in the following items:

- *Bike (bike-race-number attached on the rear brake cable, gear cable or the seat-post)*
- *Bike helmet (race number placed on the front, the left and right side of bike helmet)*
- *BIB (race number)*
- *Helmet and race number **have to be** placed at the bike*

Additionally

- *Blue transition bag marked with the race number. The blue bag contains personal bike gear. On race day the blue bag is accessible to the athlete. The blue bag will be stored on the transition bag rack.*
- *Red transition bag marked with the race number. The red bag contains personal run gear (running shoes!!!) and has to be stored at the transition bag rack for the red bags.*

Der Athlet muss Folgendes abgeben:

- Fahrrad (entsprechende Startnummer für das Fahrrad ist an Brems-/ Schaltzugkabel oder Sattelstütze anzubringen)
- Fahrradhelm (markiert mit der Startnummer links, mitte (vorne), rechts)
- Startnummer (Startnummernband ist erlaubt)
- Helm und Startnummer müssen am Rad gelagert werden

dazu

- blauer Wechselbeutel mit der entsprechenden Startnummer markiert - der blaue Wechselbeutel ist am Renntag für den Athleten zugänglich und wird am Wechselbeutelständer (vor dem Wechselzelt) gelagert.
- roter Wechselbeutel mit der entsprechenden Startnummer markiert (mit Laufschuhen) am entsprechenden Wechselbeutelständer

Recuerde: SIN BOLSAS DE TRANSICIÓN NO ES POSIBLE EL CHECK-IN DE LA BICICLETA

Remember: NO TRANSITION BAGS – NO BIKE CKECK-IN

Merke: KEINE WECHSELBEUTEL - KEINE RADABGABE

Nota: Los zapatos de ciclismo deben de estar enganchedos a los pedales. No está permitido ningún elemento en el suelo.

Note: *Bike shoes must be mounted on the pedals, or be placed in the blue bag. No items are allowed on the floor*

Hinweis: Die Radschuhe müssen in die Pedale eingeklickt werden, oder im blauen Beutel sein. Keine Gegenstände auf dem Boden erlaubt!

Importante !

Sólo se permite el Acceso a la Zona de Boxes a los atletas; Las Familias (incluidos Niños) , no tienen permitida la entrada a la Zona durante el Check-in y el día de la Carrera, por motivos de Seguridad.

Cerca de la Zona de Transición habrá un **Servicio de Reparación** de Bicicletas. Su horario se notificará en el Check-in.

La Zona de Transición se cerrará el viernes a las 19:00h y no se re-abrirá hasta el sábado a las 5:30h.

Las Bicicletas y los cascos, una vez entregados en la Zona de Transición no se podrán volver a sacar.

El check in en la mañana de la Carrera NO es posible.

La Zona de Transición estará vigilada por Video.

Important !

Only athletes and IRONMAN staff have access to the transition area. Family members (including children) are, for insurance reasons, not allowed in the transition area.

*A **bike service** point near Transition Area is open during bike check-in on Friday.*

The Transition Area will close on Friday at 7:00pm and will open again on Saturday at 5:30am. Once bike and helmet have been checked in it is not allowed to remove them from Transition Area any more.

Check-in on the morning of race is not possible.

The Transition Area will be observed by video.

Wichtig !

Ausschließlich Athleten ist der Zutritt zur Wechselzone gestattet. Angehörigen (auch Kindern) ist der Zutritt zur Wechselzone während des Check-In und des Renntages aus versicherungsrechtlichen Gründen nicht gestattet.

Ein **Rad-Service** befindet sich nahe der Wechselzone. Öffnungszeiten während der Radabgabe.

Die Wechselzone wird am 25. September um 19:00 Uhr geschlossen und erst am 26. September um 5:30 Uhr wieder geöffnet. Fahrräder und Helme dürfen nach der Abgabe nicht mehr aus der Wechselzone entfernt werden.

Eine Abgabe am Wettkampfmorgen ist nicht gestattet.

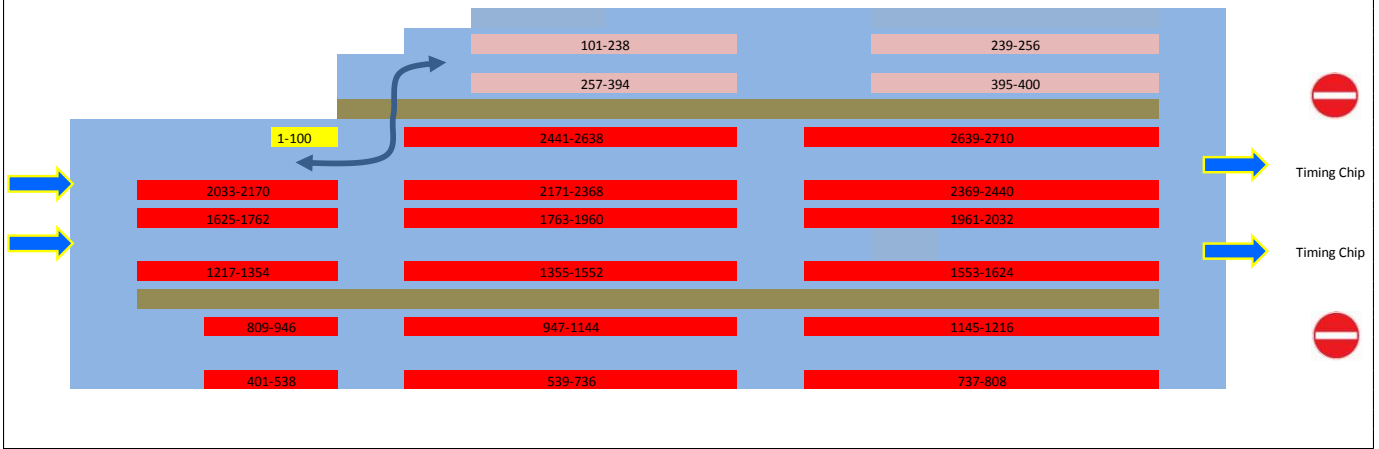
Die Wechselzone wird videoüberwacht.

Boxes

Transition Area

Wechselzone

Bike Check-in



El día de la Carrera **Race Day** **Wettkampftag**

• Salida del Sol y el tiempo el día de la carrera

Sun and Weather on Race Day

Sonne und Wetter am Wettkampftag

El día de la Carrera, el sol saldrá sobre las 7.38 y se pondrá a las 19.41 h. Las temperaturas oscilarán entre los 16 y los 28 °C. Dispondrán de Informaciones más actualizadas, en la web www.eltiempo.es. Debido a las condiciones meteorológicas que se esperan, la Organización recomienda el uso de Gorras o similares para la Carrera a Pie.

Sunrise on September 26th, 2014 is at 07:38 am, sunset at 08:52 pm. The average daytime temperature in September is 16° - 28° C. Up-to-date weather details are available on the internet www.eltiempo.es. Due to the expected weather conditions we advise you to use sunscreen. On the run course headgear (hat) is recommended.

Die Sonne wird am 26. September gegen 07:38 Uhr aufgehen. Der Sonnenuntergang wird für 19:41 Uhr erwartet. Die erwarteten Tageshöchsttemperaturen betragen 16° bis 28° C. Aktuelle Informationen sind unter www.eltiempo.es abrufbar. Aufgrund der zu erwartenden Wetterverhältnisse wird dringend zur Verwendung von Sonnenschutzmitteln geraten. Auf der Laufstrecke empfiehlt sich eine Kopfbedeckung.

• Zona de Transición y Preparación para la Carrera

Transition Area, PreRace routine Wechselzone, Startvorbereitung

La Zona de Transición abrirá a las 5:30 h – 7:00 h, y solamente podrá ser accesible para los atletas o Personas Acreditadas. Entrenadores, Acompañantes o Espectadores no podrán tener acceso.

Transition Area opens on Race Day at 05.30 am and close at 7:00 am. Only IRONMAN Mallorca athletes, IRONMAN staff and authorized persons have access to Transition Area. Coaches, managers, family members and/or spectators have no access to the Transition Area.

Die Wechselzone öffnet am Wettkampftag um 05:30 Uhr und schließt um 07:00 Uhr. Sie darf nur von Teilnehmern des IRONMAN Mallorca und von Personen mit entsprechendem Berechtigungsausweis betreten werden. Trainer, Betreuer und Zuschauer haben keinen Zutritt.

Servicio Técnico Bicicletas: Estará disponible en la Zona de Transición el día de la Carrera a partir de las 5:30h. Habrá servicio de inflado y los Corredores podrán emplear sus propios infladores.

*A **bike service point** in Transition Area provides bike support including air-pumps prior the race. You may bring your own pump.*

Ein Radservice steht ab 05:30 Uhr in der Wechselzone bereit. Hier werden Luftpumpen zur Verfügung gestellt. Eigene Luftpumpen können mit in die Wechselzone gebracht werden.

Las Bolsas Blancas para la ropa de Post-carrera se podrán dejar en la Zona de Salida de Natación y se podrán recoger en Post-Meta.

*The **white** pre race bag contains clothing and personal items that will be needed after the race. This white bag has to be dropped at the beach (special marked area) before the race and will await its owner in the Athlete's Garden near the Finish Line.*

Der **weiße Beutel** mit der Wechselbekleidung für nach dem Rennen kann vor dem Schwimmstart am Strand abgegeben werden und steht den Athleten im Athlete's Garden wieder zur Verfügung.

• **Avituallamiento personal** **Special needs** **Special needs**

La organización pondrá a disposición de los atletas unas bolsas de "Special needs" en la entrada del área de Transición el sábado (26/09) por la mañana (05:30 a 07:00), para poder depositar el Avituallamiento individual que será transportado al avituallamiento deseado (Bike or Run) en el recorrido del Thomas Cook IRONMAN Mallorca.

La bolsa de BIKE será naranja y la de RUN será negra. El atleta deberá escribir su número de dorsal y todas las bolsas que no se utilicen durante la carrera serán desechadas.

El avituallamiento asignado para "Special needs" en circuito ciclista será el de Pollença (km 105) y el primero de carrera a pie.

Se permitirá el avituallamiento por parte de personas afines al Atleta , 50 metros después del cuarto Avituallamiento del Circuito ciclista así como el primero del Circuito a pie.

El Avituallamiento de los atletas fuera de las zonas delimitadas por la organización puede ser considerado Ayuda Externa y , por tanto, motivo de descalificación. No hay tampoco posibilidad de Peticiones Especiales de Avituallamiento a la carta.

Por favor, no dejar objetos de valor (cartera, llaves, reloj,etc...) en la bolsa de "Special Needs" ya que no garantizamos su devolución.

The organizer announces that special needs are the athlete's own responsibility. A service will be provided to drop off the "Special Needs" bags at the entrance of transition area on Saturday morning. The bag for special needs on the bike is colored orange, the bag for special need on the run course is colored black. Only the bags provided by the organizer will be delivered to the aid stations on the course! Transport and storage will be handled by the IRONMAN staff. It is the own responsibility of the athlete to find and grab his numbered "Special Needs" bag on the table at the aid stations. All bags, which were not used during the event will be trashed. Additionally it is permitted to receive personal food from your own supporters 50 meters after the aid station in Pollença (km 105) and the first aid station (run 1). The handling of your own special needs is only allowed inside the marked area. Outside these areas external support is prohibited and will result in a disqualification.

Please do NOT place valuables (room key, wallet, watch, etc.) in your Special Needs bag as there is no guarantee you'll get it back.

Der Veranstalter weist ausdrücklich darauf hin, dass die Eigenverpflegung in der Verantwortung des Athleten liegt. Es wird ein Service angeboten die Eigenverpflegung in der Wechselzone 1 am Samstagmorgen (26.09.2015) von 5:30 bis um 07:00 Uhr abzugeben. Hier werden auch die „Special Needs“-Beutel ausgegeben. Der Veranstalter organisiert den Transport und die Deponierung der „Special Need“-Beutel an den Wettkampfstrecken. Die "Special-Needs"-Beutel für das Radfahren sind orange, die "Special-Needs" Beutel für die Laufstrecke schwarz. Es werden ausschließlich die vom Veranstalter zur Verfügung gestellten Beutel transportiert. Die Anreicherung oder Aufnahme der Verpflegung auf der Strecke der IRONMAN Mallorca liegt dann alleine in der Verantwortung des Athleten! Nicht genutzte „Special-Needs“-Beutel werden entsorgt. Es ist erlaubt, jeweils 50 m nach der Verpflegungsstelle in Pollença (km 105) und der Verpflegungsstelle (Lauf 1) auf der Strecke der IRONMAN Mallorca eigene Verpflegung von persönlichen Betreuern anreichen zu lassen. Zureichungen außerhalb der vom Veranstalter markierten Zonen, kann gemäß Sportordnung, als unerlaubte Annahme von Hilfe mit einer Disqualifikation geahndet werden. **Bitte keine Wertsachen in die Special-Needs Beutel packen, da die Rückgabe nicht garantiert ist.**

• **Zona de calentamiento/Zona pre-salida**

Después de salir de la Zona de Transición y antes del comienzo de la carrera, los atletas deberán seguir el camino marcado en negro hacia la playa. Por favor, depositen la Bolsa Blanca en su correspondiente lugar en la Playa; después de ello, tendrán la posibilidad de calentarse en la playa y en el agua, en el área marcada en azul.

Importante: ¡¡No estará permitido cruzar la alfombra de cronometraje antes de la salida!!

Después de calentarse, deberán entrar en la zona de espera por grupos de edad, a través del pasillo que les conducirá desde el paseo a la playa.

Recuerden: no se permitirá cruzar la alfombra de cronometraje antes de la salida.

Una vez hayan entrado en el agua, solamente podrán abandonarla a través de la alfombra de cronometraje de la Entrada/Salida.

Transition zone → Warm up/Pre-start area

After leaving the transition zone before the start the athletes have to walk the black marked way to the beach. Please drop the white bag at the designated location at the beach. After doing this you have the chance to warm up at the beach and in the water (blue dashed area)

Important: It's not allowed to cross the timing mat before your start.

After the warming up time you have to enter the staging area of your start in the start chute from the land side (Map).

It's not allowed to cross the timing mat before your start.

At the start you **MUST** enter and exit the water by crossing the timing mat on the start line.

Wechselzone → Aufwärmen

Nachdem Ihr am Wettkampfmorgen vor dem Start die Wechselzone verlassen habt, lauft Ihr den schwarz markierten Weg Richtung Strand. Die weißen Beutel gebt ihr am Strand ab (siehe Plan).

Danach könnt Ihr Euch im blau gestrichelten Bereich einschwimmen und aufwärmen.

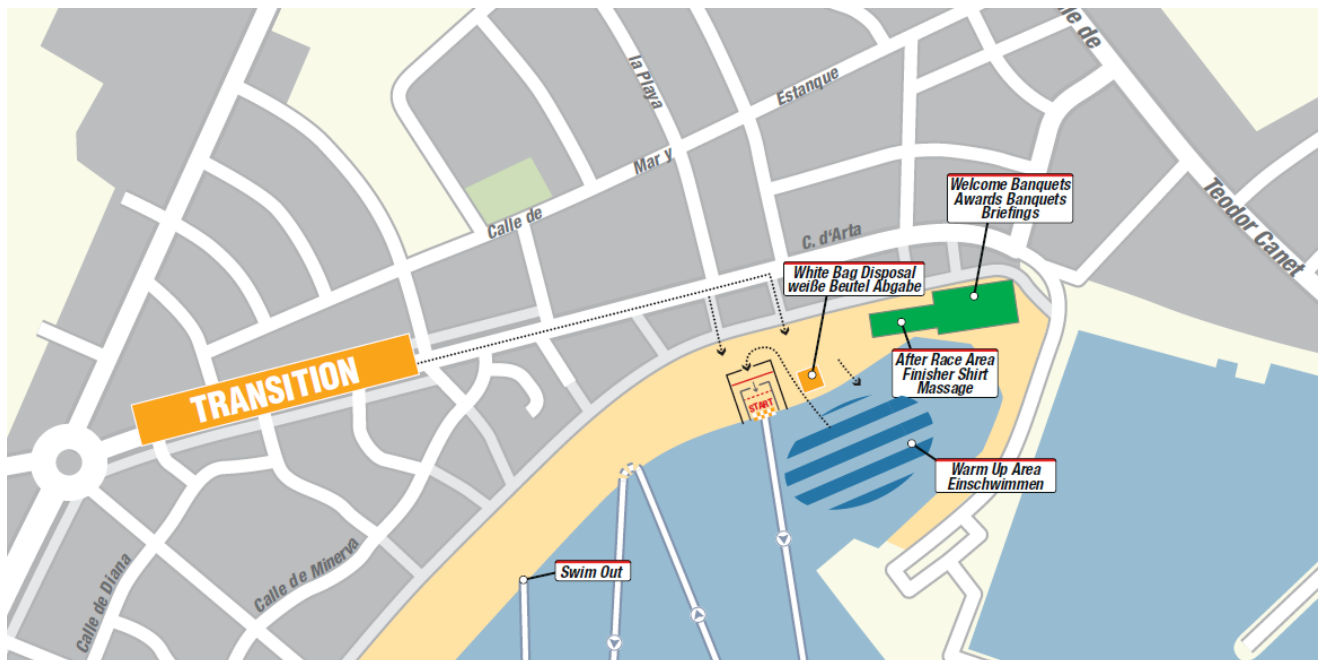
Wichtig: Nach dem Aufwärmen darf das Wasser nicht über die Zeitmessmatte verlassen werden.

Ihr müsst Euch im Startkanal in der Wartezone für euren Start einordnen.

Die Zeitmessmatte darf erst bei Eurem Start von der Landseite in Richtung Wasser überquert werden.

Das Wasser darf während des Wettkampfes nur über die Zeitmessmatte betreten/verlassen werden.

Ansonsten erfolgt keine Zeitnahme und Ihr seid nicht mehr in der Wertung.



• **Natación, Salida** **Swim, Start** **Schwimmen, Start**

Antes de la Salida de Natación , cada Atleta deberá pasar por la Zona de Transición.

La salida para Grupos de edad será a las 7:37 h en modo Rolling Start. El acceso a la zona será 25 minutos antes de cada de salida.

Athletes must leave Transition Area no later than 7:00am

Athletes must gather in the Pre-Start staging area on the beach 25 minutes before their respective start times.

Before the swim start, every athlete has to enter the swim staging Area.

The swim start will take place in start groups from 7:30 h till 7:37h.

Except for the professionals, the groups will begin in a rolling start format.

Vor dem Schwimmstart ist jeder Athlet verpflichtet, sich in der Wechselzone einzufinden.

Der Schwimmstart erfolgt in Gruppen zwischen 07:30 Uhr und 07:37 Uhr. Das Verlassen der Wechselzone zum Vorstartbereich erfolgt jeweils 25 Minuten vor dem jeweiligen Schwimmstart.

CATEGORIAS	Salida	Gorro de baño	CATEGORY	Start	Swim Cap
PRO HOMBRES	07:30	amarillo	PRO MEN	07:30	yellow
PRO MUJERES	07:32	fucsia	PRO WOMEN	07:32	pink
AGE GROUPS	07:37	rojo	AGE GROUPS	07:37	red

KATEGORIE	Start	Badekappe
PRO MÄNNER	07:30	gelb
PRO FRAUEN	07:32	pink
ALTERSKLASSEN	07:37	rot

A las 7:30 tendrá lugar la primera Salida cuya Zona de acceso estará delimitada y deberá ser usada por los corredores. El Circuito estará marcado por Boyas y será de una sola vuelta.

La salida es desde la playa , en tierra, y todo atleta que salga de otro punto **será descalificado**.

Los Atletas que necesiten gafas de visión , podrán entregarlas antes de la salida y volver a recogerlas a la vuelta de la natación. Cada atleta deberá identificarlas por su cuenta.

First Swim start is at 07:30 am (pro men). Athletes can enter the swim course only through the official PreSwim-area. The swim course is marked with buoys and is a 1-loop course.

*Swim start is a beach start. Every athlete has to start outside the water on the beach, in the designated area. It is obligatory to cross the starting and finishline to activate the time measurement. Start from any other area (f.e. in the water, outside the designated Pre-start area, etc.) **will result in a disqualification.***

Athletes who wear prescription glasses can store them on a table at swim exit. For the identification (BIB number) of the glasses, the athlete is personally responsible to mark their own glasses with the bib number.

Um 07:30 Uhr erfolgt der erste Start. Der Schwimmbereich ist über den offiziellen Einstieg zu betreten. Der Schwimmkurs ist ein durch Bojen gekennzeichnete Kurs mit kurzem Landgang.

Der Schwimmstart erfolgt in Form eines Landstartes, d.h. jeder Athlet hat sich in dem gekennzeichneten Bereich außerhalb des Wassers aufzuhalten. Alle Starter sind verpflichtet, beim Wassereinstieg und – Ausstieg die Zeitmessmatte (Torbogen/Start-, Ziellinie) zu überqueren. Starten außerhalb dieses Landbereichs **führt zur Disqualifikation**.

Brillenträger können ihre Brillen vor dem Start in der Nähe des Schwimmausstieges abgeben und nach dem Schwimmen dort wieder aufnehmen. Für die Kennzeichnung (Startnummer) der Brille ist der Athlet selbst verantwortlich.

Tiempo de Corte : **2 Hora y 20 Minutos desde cada Salida**
Swim Cut Off-time: **2 hour 20 minutes (after respective Swim Start)**
Cut Off Schwimmen: **2 Stunde 20 Minuten (nach jeweiligem Start)**

• **Rolling Start** **Rolling Start** **Rolling Start**

1 - Solo para Grupos de Edad

Como parte de la mejoras de IRONMAN en sus carreras, el Thomas Cook IRONMAN Mallorca usará "Rolling Swim Start" en el 2015.

2 - ¿Qué es una salida lanzada?

En la salida lanzada los atletas salen aproximadamente en 15 minutos y se ordenan por su calidad en el sector de la natación cada tiempo de carrera empezará cuando se pase por línea de salida.

3 - ¿Cómo funciona?

- El pre área de salida de la natación, se dividirá en zonas basadas en el tiempo de los atletas en el sector de la natación.

- Hay 6 zonas de para la salida (con exclusión de los atletas profesionales):

bajo 60mins

60mins - 1: 14hrs

1: 15hrs - 1: 29hrs

1: 30hrs - 1: 44hrs

1: 45hrs - 1: 59hrs

2: 00hrs - 02:20 (cut off)

* El Tiempo de Corte: 2:20hrs cuando la última persona entra en el agua.

- Los atletas se ordenaran según sus tiempos previstos en la natación.

- Los grupos comenzarán una salida lanzada en base a estos grupos con los atletas más rápidos delante. Por ejemplo de la zona de 65 min.

- Los chips de los atletas se activarán una vez que cruzan la alfombra de la salida justos en el arco de la salida de natación.

1 - Age Group athletes only

As part of IRONMAN ongoing race development and improvements, the Thomas Cook IRONMAN Mallorca will be using a "Rolling Swim Start" in 2015.

2 - What is a rolling start?

*Athletes are set off in one continuous line for the swim start. **It will take approximately 15 minutes to get the entire field across the swim start line.***

In effect, this will create a "time trial" dynamic for the race and for the determination of the final results.

Each athlete individual race time will start when they cross the swim start timing mat, under the swim start arch.

3 - How does this work?

- The (on-shore) pre swim start area, will be divided into starting zones/corals self seeded based on an athletes predicted swim time for the 3.8km course.*

- There are 6 swim time zone/corals (excluding pro athletes):

Under 60mins

60mins - 1: 14hrs

1: 15hrs - 1: 29hrs

1: 30hrs - 1: 44hrs

1: 45hrs - 1: 59hrs

2: 00hrs - 02:20 (cut off)

** The swim cut off time 2:20hrs starts, when the last person enters the water.*

- Athletes will seed themselves into these zones/corals based on predicted swim times.

- Groups will commence a rolling start based on these groups with fastest athletes on course first. E.g. in the 60 min zone/coral.

- Athletes timing chips will activate once they cross designated swim start timing mat, at the entry ramp to the swim course.'

**Remember, there is no advantage gained by starting at the front or back of the field. Your time does not start until you cross the timing mat prior to entering the water.*

• **Ciclismo** **Bike** Radfahren

La Carrera Ciclista es individual para cada atleta y consta de una sola vuelta al Circuito. En un principio, dicho Circuito estará cerrado al tráfico rodado, pero se deberán extremar las precauciones para evitar sobresaltos!

The bike portion is a time-trial for each single athlete. The bike course is a 1-loop course. The bike course is closed for public traffic. Athletes have to expect oncoming traffic at any time! Keep your head up and eyes forward at all times. Watch for Staff vehicles and other Official course vehicles on the roads. Be cautious of non-event vehicles that are on the course despite our efforts to limit traffic and remember that these drivers can do unpredictable things. Use common sense at all times.

Das Radfahren ist ein Einzelzeitfahren ohne jegliche persönliche Begleitung. Die Radstrecke besteht aus einer Runde. Die Radstrecke ist für andere Verkehrsteilnehmer gesperrt. Es ist jedoch jederzeit mit Gegenverkehr zu rechnen!

En caso de penalización por parte de los jueces, el Atleta tiene la Responsabilidad de pararse en los Penalty Boxes correspondientes, que se encuentran en el pueblo de Sa Pobla (KM 76 & 175) y en la Zona de entrada a la Transición, aunque ambas Zonas se recordarán en las Charlas de Información y estarán visiblemente marcadas.

In case of a penalty from a referee, the athlete himself is responsible to stop at the very next penalty box following the infringement. The penalty boxes are located behind Sa Pobla City (KM 76 & 175) and in Transition Area. The exact position of the boxes will be described in the PreRace Briefing. Additionally, they will be marked distinctly.

Im Fall einer Strafe ist der Athlet für das Anfahren der nächsten Strafbox selbst verantwortlich. Die **Strafbox** befindet sich kurz hinter Sa Pobla (ca KM 76 & 175) und in der Wechselzone. Die genaue Position der Strafboxen wird in der Wettkampfbesprechung nochmals bekannt gegeben. Sie sind außerdem optisch deutlich gekennzeichnet.

En el Circuito Ciclista encontrarán 6 Avituallamientos completos, que incluirán Bebidas como Agua, Bebida Energética Power-Bar y Cola diluida con Agua, repartidos en Bidones de Ciclismo. Además habrá barritas energéticas Power-Bar, Power-Gel y ½ Plátanos. También habrá un Water Point en la subida a Lluc (km 125).

Las localizaciones exactas, de los avituallamientos las podrán encontrar en las páginas 2 y 4.

*The Bike Course provides **six fully equipped aid stations.***

Each station with: Water, PowerBar SportsDrink ISO ACTIVE and Cola (diluted with water), all in sport bottles. Also halved PowerBar Energize Bars (offered in the wrapping), PowerGel, halved bananas. The exact locations of the aid stations are described in the course map. There will be a Water Point in the way to Lluc (km 125). A detailed sequence of food and drinks is shown in the illustrations, please see page 2 and 4 of this Race Information.

Auf der Radstrecke gibt es **sechs komplette Verpflegungsstellen.**

An Getränken wird auf der Radstrecke Wasser, PowerBar SportsDrink ISO ACTIVE und Cola (verdünnt mit Wasser), alles jeweils in Radflaschen, angeboten. Zusätzlich gibt es dort PowerBar Energize Riegel in der Verpackung (halbiert), PowerGel, Bananen (halbiert). Es gibt eine Wasser Station auf den Weg nach Lluc (Km 125).

Die genauen Standorte der Verpflegungsstellen und die Anordnung des Verpflegungsangebotes sind den grafischen Darstellungen auf Seite 2 & 4 zu entnehmen.

Habrà Furgonetas de Apoyo a cargo del Servicio de Bicicletas, que estarán a su servicio en todo el circuito como apoyo técnico, **no se incluye el cambio de cubiertas.** Recomendamos llevar tus propias herramientas y recambios.

Mobile bike support along the Bike Course is handled by service Motorbikes. The official Bike-Service provides only technical support (no spare tires). Mobile bike support is first come, first served. Please carry your own spare tubes & inflation device.

Service-Motorräder werden den **Rad-Service** auf der Wettkampfstrecke gewährleisten. Der offizielle Bike-Service leistet nur technischen Support (**kein Ersatz für Bereifung**).

Tiempo de Corte de Natación y Ciclismo: 10 Horas (desde el inicio de la Carrera)

Cut Off-time after Swim and Bike: 10 hours (after first Race Start)

Cut Off Schwimmen und Radfahren: 10 Std. (nach dem 1. Rennstart)

Tiempo de Corte en el monasterio de Lluc (carrera en bici): 15.00H

Cut Off at abbey Lluc (Bike course) : 03.00pm

Cut Off am Kloster Lluc (Radstrecke): 15:00 Uhr

•Transición Bicicleta a Carrera a Pie *Transition Bike – Run* Wechsel Rad – Laufen

Al finalizar la Carrera Ciclista , los atletas deberán dejar las Bicicletas en sus correspondientes colgadores en la Zona de Boxes, para pasar a recoger sus Bolsas Rojas con el Equipamiento de Carrera a Pie. Los Atletas deberán cambiarse en la Zona adecuada para ello.

La ropa de ciclismo deberá depositarse en las Bolsas Rojas, que serán recogidas por el Personal de Área.

Se recuerda que el segundo Penalty Box se encuentra antes de la Zona de Transición y deberá ser visitado en caso de Penalización.

After completing the Bike Course, athletes have to rack their bikes by themselves. Athletes will pick up the red bag containing their run gear from the rack in Transition Area. Please change clothes inside the transition tent only. Put your bike gear into the red bag and leave it in the tent. Our staff will take care of the bag and store it for you.

Penalty Box No. 2 is located before the transition Area and must be sought if necessary.

Nach Beendigung der Radstrecke werden die Fahrräder von den Athleten in der Wechselzone selbst an die Radständer gebracht. Danach werden die roten Beutel mit der Laufausrüstung vom Athleten am Wechselbeutelständer aufgenommen. Der Athlet muss sich im Wechselzelt umziehen.

Die abgelegte Radausrüstung ist in dem leer gewordenen roten Beutel zu verpacken, der dann vom Personal der Wechselzone entgegengenommen wird.

Kurz vor der Wechselzone befindet sich die Strafbbox Nr. 2, die mit zur Radstrecke gehört und im Bedarfsfall aufzusuchen ist.

• Carrera a Pie *Run* Laufen

La Carrera a Pie consta de 4,5 Vueltas y , por motivos de Seguridad y Deportividad , el Circuito sólo puede ser utilizado por los Atletas. Para el control Visual de la Carrera , los Atletas recibirán en cada vuelta una Pulsera de colores diferentes , que deberá ser portada en un lugar visible del brazo o muñeca. **Una vez se obtengan las cuatro pulseras , se podrá acceder a la Zona de Meta , por lo que se ruega que se sigan las indicaciones visuales y de los Voluntarios.**

En el **Circuito no habrá ningún Penalty Box** , por lo que en caso de Penalización , se amonestará al atleta in-situ. En caso de una segunda tarjeta amarilla , se penalizará con Tiempo Extra al final de la Prueba.

En el Circuito se encontrarán 4 Avituallamientos, aprox en el mismo sentido de carrera con Agua , Bebida Isoactiva Power-Bar , Cola en vasos , Red Bull, ½ Pátanos , 1/8 Manzanas , 1/8 Naranjas , 1/8 Limones , ½ Barritas Energéticas Power-Bar y Gel Power-Bar.

El Orden y Equipamiento detallado de los Avituallamientos , los encontrará en la Página 4.

The Run Course is a 4.5 loop course.

For the sake of safety & fairplay the Run Course is open for athletes only. Any outside mobile pacing is forbidden.

For visual control you will always receive a wristband when finishing one loop. You have to wear these wristbands fully visible at any time. Entering the home stretch is allowed with the four differently colored wristbands only.

Staff members will show you the way to the Finish Line when you leave the loop course. Signs will also indicate the right way.

*There are **NO penalty boxes on the Run Course.** If an athlete receives a penalty on the Run Course, the BIB-Numer will be marked right away. A time-penalty as a result of a second yellow card shown, will be added to the finish time.*

*The Run Course provides **four Aid Stations on one side**, each station with: water, PowerBar Sport Drink Iso Active and Cola (all in cups), Red Bull, halved bananas, apples 1/8, oranges 1/8, lemons 1/8, halved PowerBar Bars (offered in the wrapping) and PowerGel. A detailed sequence of food and drinks is shown in the illustration, please see page 4 of this Race Information.*

Bei der Laufstrecke handelt es sich um einen 4,5-Runden-Kurs.

Das Betreten der Laufstrecke ist aus Gründen der Fairness und der Sicherheit nur den Athleten vorbehalten.

Für die visuelle Rundenkontrolle erhalten die Teilnehmer in jeder Runde ein farbiges Kontrollband, das gut sichtbar am Arm/Handgelenk zu tragen ist. Sind die vier Armbänder komplett, darf der Teilnehmer in die Zielgerade einbiegen.

Hierbei ist auf die Beschilderung der Zielgeraden und auf die Anweisungen der Helfer zu achten.

Es befindet sich **keine Strafbbox auf der Laufstrecke**. Sollte ein Athlet eine Penalty Karte erhalten, wird er an Ort und Stelle markiert. Resultiert eine Zeitstrafe aus einer Karte, wird diese zur Endzeit addiert.

Auf der Laufstrecke gibt es **pro Runde 4 einseitig nutzbare Verpflegungsstellen** jeweils mit: Wasser, PowerBar SportsDrink Isoactive, Cola in Bechern, Red Bull, Bananen halbiert, Äpfel 1/8, Orangen 1/8, Zitronen 1/8, PowerBar Riegel in der Verpackung (halbiert), PowerGel, Kuchen und Cracker.

Die Anordnung des Verpflegungsangebotes ist der grafischen Darstellung auf Seite 4 zu entnehmen.

Corte de la carrera completa : 16 Horas 30 Minutos desde el inicio de la Carrera

Cut Off-time after Swim, Bike and Run: 16 hours 30 minutes hours after first start

Cut Off Schwimmen, Radfahren und Laufen: 16 Std. und 30 Minuten nach dem ersten Start

Los Atletas que no puedan completar la Carrera en éste tiempo deberán abandonar la Competición. El cierre de la Carrera así como de la Meta será a las 00:00 h y los Atletas que lleguen más tarde no aparecerán en la Lista de Resultados.

Los Atletas que decidan abandonar la Carrera , deberán notificarselo a un Juez , así como al Personal de la siguiente Zona de Transición. En caso de no hacerlo así , la Organización considerará que todavía se encuentra en el circuito , con problemas, e iniciará la operación de ayuda y rescate, con los costes correspondientes a su cargo.

If you do not finish the different portions within these times you have to stop racing. The race is over at 00:00 am. Athletes crossing the Finish Line after 00:00 am will not be listed in the official results.

If you do have to stop the race at any point before the Finish Line you have to inform a race marshal. Please confirm that you have stopped the race when entering the next transition area. If you do not inform a race marshal in this case we expect that you're still on the course and you maybe have some serious problems. You will be responsible for costs of the search operation.

Athleten, die diese Zeiten nicht einhalten können, müssen den Wettkampf beenden. Wettkampfschluss ist um 00:00 Uhr. Athleten, die später im Ziel eintreffen, erscheinen nicht mehr in der Ergebnisliste.

Teilnehmer, die den Wettkampf vorzeitig beenden müssen, haben sich umgehend bei einem Wettkampfrichter abzumelden und in der Wechselzone zurückzumelden. Meldet Ihr Euch nicht, gehen wir davon aus, dass Ihr ein ernstes Problem habt und veranlassen eine Suchaktion deren Kosten Ihr zu tragen habt.

IMPORTANTE - IMPORTANT – WICHTIGER HINWEIS

IRONMAN se reserva el derecho a retirar un atleta del circuito si el personal del circuito determina que no hay posibilidad que termine una de las disciplinas dentro del tiempo de corte oficial, basándose en la localización, el tiempo y velocidad en ese punto.

IRONMAN reserves the right to remove an athlete from the course and DNF the athlete if our course staff determines that there is no possibility of your finishing the discipline or race before the posted cut-off times based on your location, the time and average speed to that point.

IRONMAN behält sich das Recht vor Athleten von der Strecke zu Entfernen und deren Rennen zu beenden, wenn das Streckenpersonal keine Möglichkeit sieht, die Teildisziplin in der Cutoff-Zeit zu beenden. Berechnungen basieren auf dem aktuellen Standpunkt und der Durchschnittsgeschwindigkeit.

• Auto-avituallamiento **Special needs** Eigenverpflegung

La organización pondrá a disposición de los atletas unas bolsas de "Special needs" en la entrada del área de Transición el sábado (26/09) por la mañana (05:30 a 07:00), para poder depositar el Avituallamiento individual que será transportado al avituallamiento deseado (Bike or Run) en el recorrido del Thomas Cook IRONMAN Mallorca.

La bolsa de BIKE será naranja y la de RUN será negra. El atleta deberá escribir su número de dorsal y todas las bolsas que no se utilicen durante la carrera serán desechadas.

El avituallamiento asignado para "Special needs" en circuito ciclista será el de Pollença (km 105) y el primero de carrera a pie.

Se permitirá el avituallamiento por parte de personas afines al Atleta , 50 metros después del cuarto Avituallamiento del Circuito ciclista así como el primero del Circuito a pie.

El Avituallamiento de los atletas fuera de las zonas delimitadas por la organización puede ser considerado Ayuda Externa y , por tanto, motivo de descalificación. No hay tampoco posibilidad de Peticiones Especiales de Avituallamiento a la carta.

Por favor, no dejar objetos de valor (cartera, llaves, reloj,etc...) en la bolsa de "Special Needs" ya que no garantizamos su devolución.

The organizer announces that special needs are in the athlete's own responsibility. A service will be provided to drop off the "Special Needs" bags at the entrance of transition area on Saturday morning. The bag for special needs on the bike is colored orange, the bag for special need on the run course is colored black. Only the bags provided by the organizer will be delivered to the aid stations on the course! Transport and storage will be handled by the IRONMAN staff. It is the responsibility of the athlete to find and grab his numbered "Special Needs" bag on the table at the aid stations. All bags, that are not used during the event will be trashed. Additionally it is permitted to receive personal food by your supporter 50 meters after the aid station in Pollença (km 105) and the first aid station (run 1). The handling of your own special needs is only allowed inside the designated area.

Outside these areas external support is prohibited and will result in a disqualification.

Please do not place valuables (room key, car keys, wallet, phone, etc.) in Special Needs bags. There is no guarantee you will get them back after the race.

Der Veranstalter weist ausdrücklich darauf hin, dass die Eigenverpflegung in der Verantwortung des Athleten liegt. Es wird ein Service angeboten die Eigenverpflegung in der Wechselzone 1 am Samstagmorgen (26.09.2015) von 5:30 bis um 07:00 Uhr abzugeben. Hier werden auch die „Special Needs“-Beutel ausgegeben. Der Veranstalter organisiert den Transport und die Deponierung der „Special Need“-Beutel an den Wettkampfstrecken. Die "Special-Needs"-Beutel für das Radfahren sind orange, die "Special-Needs" Beutel für die Laufstrecke schwarz. Es werden ausschließlich die vom Veranstalter zur Verfügung gestellten Beutel transportiert. Die Anreicherung oder Aufnahme der Verpflegung auf der Strecke der IRONMAN Mallorca liegt dann alleine in der Verantwortung des Athleten! Nicht genutzte „Special-Needs“-Beutel werden entsorgt. Es ist erlaubt, jeweils 50 m nach der Verpflegungsstelle in Pollença (km 105) und der Verpflegungsstelle (Lauf 1) auf der Strecke der IRONMAN Mallorca eigene Verpflegung von persönlichen Betreuern anreichen zu lassen. Zureichungen außerhalb der vom Veranstalter markierten Zonen, kann gemäß Sportordnung, als unerlaubte Annahme von Hilfe mit einer Disqualifikation geahndet werden.

• Atención Médica **Medical Support** Medizinische Unterstützung

Tanto en la salida del circuito de Natación como a lo largo del Recorrido total de Ciclismo y avituallamientos de carrera a pie , habrá Personal Médico a disposición de los Corredores. A la Llegada a Meta , los corredores serán guiados por parte de Voluntarios de la Zona de Meta a las Carpas médicas para poder ser atendidos en caso de necesidad , antes de pasar a la Zona de Post-Meta. Se ruega a los atletas seguir las indicaciones de los médicos.

En vista de la Previsión del tiempo , se recomienda a todos los atletas el ingerir líquidos (agua e isotónico) a lo largo de todo el recorrido , así como a la llegada a meta.

Se recomienda asimismo la contratación de un Seguro de Atención médica completo , que deberá ser notificado en la recogida de Dorsales , para evitar posibles gastos innecesarios en caso de atención médica y/o ingreso hospitalario.

The Medical Team of IRONMAN Mallorca endeavors to provide optimal medical support. During the race doctors and first aid personnel will attend the Swim Course, Bike Course and each Aid Station along the Run Course. When crossing the Finish Line every athlete is taken care of by the Finish Area Team. Medical professionals will evaluate each athlete visually for potential medical issues.

Afterwards a member of the Finish Area Team will lead the athlete to the Athlete's Garden. Please obey the orders of the medical staff at all times.

*Since hot summer weather is expected it is necessary to hydrate with both water and isotonic fluid replacement drink during the race and after the finish. **Every competitor must have an own individual health insurance which covers medical treatment in case of serious injury or illness as well as the treatment in a hospital.***

Ärzte sowie ausgebildetes Sanitätspersonal stehen am Schwimmstart sowie an den Verpflegungsstellen der Radstrecke und entlang der Laufstrecke bereit. Nach dem Zieleinlauf werden die Athleten von Helfern des Teams Finish Area in Empfang genommen. Ärzte kontrollieren das Wohlbefinden aller Teilnehmer, bevor diese in den Athlete's Garden geleitet werden. Den Anweisungen des medizinischen Personals ist unbedingt Folge zu leisten!

Das Medical Team bittet angesichts des zu erwartenden warmen Wetters alle Athleten darum, viel und regelmäßig zu trinken. Dies gilt auch nach dem Zieleinlauf. **Eine ausreichende Versicherungsdeckung im Falle von Erkrankung und Unfall ist in Eigenverantwortung der Teilnehmer und muss in der Anmeldung bestätigt werden, da ein eventueller Klinikaufenthalt über die persönliche Krankenversicherung abgerechnet wird.**

• Controles Anti-Dóping **Doping tests** Dopingkontrollen

Para los Atletas Profesionales , son válidas las Reglas del IRONMAN PRO-MEMBERSHIP. En CASO de que el resto de atletas sean requeridos para hacerse un control y éstos estén en Tratamiento para por algún tipo de enfermedad, rogamos lo acrediten con un Certificado Médico. Se recomienda guardar la medicación en la Bolsa Blanca ya que no se permite la Auto-Medicación en Carrera. El Listado de Sustancias Prohibidas se puede consultar en Internet , en <http://www.csd.gob.es/csd/salud/lucha-contra-el-dopaje/normativa/view> .

The Medical Control Rules set forth by the Spanish Triathlon Federation, in harmony with IRONMAN Anti-Doping regulations and policies on banned substances, will be binding on all athletes. In addition, other rules and regulations, even if not yet recognized by the IRONMAN Anti-Doping, may be instituted, which if such occurs, you agree to abide by. Should any athlete have an Adverse Analytical Finding according to the IRONMAN Anti-Doping code, all procedures with regards to handling of the sample, notification, testing of the B Sample, adjudication and suspensions will be in accordance with IRONMAN Competition rules.

Die Antidoping Bestimmungen und die IRONMAN Anti-Doping Regularien für verbotene Substanzen gelten für alle Athleten. Der Für Profis gelten die Regelungen der IRONMAN Pro Membership. Sollten Altersklassenathleten zur Dopingkontrolle ausgelost werden und dauerhaft oder aufgrund von Krankheit vor dem Rennen Medikamente genommen haben, müssen sie ein ärztliches Attest mit sich führen. Ein Nachreichen ist nicht möglich (eine Lagerung im weißen Beutel wird empfohlen). Für diesen Fall ist die Verbotsliste im Internet unter

<http://www.ironman.com/~media/6707912d6a0d40bdae139c6a35852c06/im%20wi%20athlete%20guide%209%201.pdf> bitte zu beachten.

Después de la Carrera **After the Race** Nach dem Wettkampf

• Zona Post-Meta **Athlete's Garden** Athlete's Garden

La Zona Post-Meta es la zona de Descanso y Relajación para los Atletas del Thomas Cook IRONMAN Mallorca y se encuentra justo después de la Meta. En ella, el Atleta encontrará Duchas , zona de refresco y Relax , a cargo de Personal especializado médico. Solamente se permitirá el Acceso a los Atletas y al Personal debidamente autorizado del Thomas Cook IRONMAN Mallorca.

Regenerate and relax in the Athlete's Garden of the Thomas Cook IRONMAN Mallorca. The Athlete's Garden is located right behind the Finish Line. The Athlete's Garden offers shower facilities and refreshment zones, as well as medical support. The entrance to the Athlete's Garden is free of charge but limited to athletes and staff members with explicit permission only.

Der Athlete's Garden ist die Regenerations- und Ruhezone des Thomas Cook IRONMAN Mallorca. Der Athlete's Garden befindet sich unmittelbar hinter der Finish Line. Er bietet Duschen und Erfrischungszonen sowie Ruhe- und Entspannungsbereiche und Versorgung durch kompetentes medizinisches Personal. Zum Athlete's Garden haben ausschließlich Athleten, das medizinische Personal und die Führungsmannschaft des Thomas Cook IRONMAN Mallorca Zutritt.

• Camisetas Finisher , Medallas y Certificados

Finisher shirts, medals and certificates Finisher-Shirts, Medaillen und Urkunden

Las Camisetas Finisher y las Medallas se entregarán en la Zona de Post-Meta previa acreditación del Dorsal. Los Certificados y Clasificaciones se podrán descargar después desde la Web Oficial.

Finisher Shirts and medals will be handed out in the Athlete's Garden. Please bring your race number! Certificates will be available for download after the event.

Die Finisher-Shirts und Erinnerungsmedaillen werden innerhalb des Athlete's Garden an die erfolgreichen Athleten ausgegeben. Hierzu bitte die Startnummer mitbringen! Die Urkunden stehen nach dem Rennen zum Download zur Verfügung.

• Conferencia de Prensa Post-Evento

Post Race Press Conference Wettkampf-Presskonferenz

La Conferencia de Prensa posterior a la Carrera Thomas Cook IRONMAN Mallorca tendrá lugar el mismo día de la Carrera sobre las 18:30 h en Hotel Vanity Golf, Crta. Artá, 13, Port d'Alcudia. Rogamos a los tres primeros clasificados de cada género su presencia puntual en la misma.

The Post Race Press Conference of the Thomas Cook IRONMAN Mallorca takes place on Race Day, at 6:30 pm at the Hotel Vanity Golf, Crta Artá, 13, Port d'Alcudia. We kindly ask the first three women and men to attend this press conference and to be present at 05:00 pm latest.

Die Wettkampf-Presskonferenz des Thomas Cook IRONMAN Mallorca findet am Wettkampftag im unmittelbaren Anschluss an den Wettkampf gegen 18:30 Uhr im Hotel Vanity Golf, Crta Artá, 13, Port d'Alcudia statt. Wir bitten die ersten drei Frauen und Männer um ihre Teilnahme und um pünktliches Erscheinen zur Pressekonferenz.

• Recogida de Bicicletas en la zona de Transición *Bike Check-Out at Transition Area*

Radabholung in der Wechselzone

La Zona de Bicicletas , situado en la Zona de Transición , estará abierta de 18:30 a 01:00 h para la recogida de las Bicicletas de los corredores que hayan finalizado la prueba. La Organización no se hará responsable de las Bicicletas que no hayan sido recogidas a esa hora.

Éstas sólo se devolverán a cambio del Chip de carrera. En caso de pérdida o extravío , se exigirá Documento de Identidad con foto , en vigor. Asimismo, tanto antes como después, se podrán recoger los objetos personales de la Zona , previa identificación personal. Una vez abandonado el recinto no se admitirán reclamaciones por pérdidas o roturas. La Zona se vigilará a través de Cámaras de Video.

*The Bike Check-Out is located at the Transition Area. Operating hours on race day, from 06:30 pm till 01:00 am. The organizer's liability for bikes ends at 01:00 am. Bikes are returned in exchange for the race-chip. Bikes won't be returned if athlete is not able to show his race-chip. If the chip got lost the athlete has to show a valid identity card/passport. Personal belongings that have been left in the Transition Areas can be picked up separately by showing the race-number **and** a valid picture-ID/passport, if the athlete is not going to pick up the equipment himself. Once the athlete has left the Bike Check-out, claims of damage or loss of material won't be accepted any more. Transition Area is under video and photo surveillance.*

Die Radausgabe (Bike Park) befindet sich in der Wechselzone und ist am Wettkampftag von 18:30 bis 01:00 Uhr geöffnet. Für Räder, die bis 01:00 Uhr nicht abgeholt wurden, übernimmt der Veranstalter keine Haftung.

Das Fahrrad wird nur im Tausch gegen den Race Chip ausgegeben. Bei Verlust des Chips muss der Personalausweis oder Reisepass vorgezeigt werden. Die Radausgabe kann auch an Personen erfolgen, welche sich mit dem Race-Chip **und** Personalausweis legitimieren. Vor oder nach der Radausgabe können auch alle anderen persönlichen Dinge aus der Wechselzone gegen Vorlage der Startnummer (bzw. Legitimation mit Personalausweis/Reisepass) abgeholt werden.

Nach Verlassen der Bike-Ausgabe können keinerlei Schadensersatzansprüche oder Verlustmeldungen mehr geltend gemacht werden.

Die Wechselzone wird Video/Foto überwacht.

• Ceremonia de Entrega de Trofeos y Banquete

Awards Banquet Awards Banquet, Siegerehrung

La Ceremonia y Banquete de entrega de Premios del Thomas Cook IRONMAN Mallorca tendrá lugar el domingo 27 de Septiembre de 11 a 14 h en la Party-Zone de la Playa y es gratuita para todos los participantes en la Carrera. Los Tickets adicionales para acompañantes o demás se podrán comprar allí mismo o en la Oficina de Carrera.

La Ceremonia de Entrega de Trofeos empezará a las 12h y será Personal e Intransferible ; Los Premios o Trofeos no recogidos perderán su validez.

The Awards Banquet takes place Sunday, after the Race, from 11:00 am till 2:00 pm at the Party Area on the beach. The award ceremony begins at 12:00 - Noon. Trophies and prizes are handed out personally only. Trophies and prizes which have not been picked up will expire. The entry fee for Thomas Cook IRONMAN Mallorca includes one ticket for the Finisher Banquet. Additional tickets will be available in the race office.

Das Finisher Buffet des Thomas Cook IRONMAN Mallorca findet am Sonntag von 11:00 bis 14:00 Uhr in der Party-Area am Strand statt.

Die Teilnahme am Finisher Buffet ist für alle angemeldeten Athleten im Startgeld enthalten. Zusätzliche Tickets können im Race Office gekauft werden.

Die Siegerehrung beginnt ab 12:00 Uhr. Trophäen und Preise werden nur persönlich übergeben. Nicht abgeholte Trophäen und Preise verfallen.

• **Entrega de Slots para Hawaii**

Slot allocation for Hawaii

Startplatzvergabe für Hawaii

La asignación de slots para el Campeonato del Mundo IRONMAN 2016 en Hawaii se llevará a cabo en la Zona de Fiesta habilitada en la playa el Domingo, 27 de Septiembre justo después de la Ceremonia de Entrega de Premios.

- La cuota de inscripción para el Campeonato del Mundo IRONMAN es de US \$ 890 (+6% Active fee) y se debe pagar in-situ en el momento en el que se asignen los slots. (¡sólo se permite el pago con tarjeta de crédito!). El pago mediante cheques o efectivo no está permitido.
- La asignación final de los slots será calculada de acuerdo al número de participantes en cada grupo de edad y se podrá adaptar según sea necesario antes de la carrera. Para reclamar su slot deberá encontrarse presente en el momento de la asignación y deberá identificarse con su Documento de Identidad o pasaporte. Todos los slots que no sean reclamados se irán desplazando hasta que el número de slots asignados a cada grupo de edad estén cubiertos. La asignación de las plazas será administrada y ejecutada solamente por el organizador.

The slot allocation for the 2016 IRONMAN World Championship in Kailua-Kona, Hawaii will be celebrated at the Party Area at the beach on Sunday, September 27th, just after the Awards Ceremony.

- The entry fee for the IRONMAN World Championship is US\$890 plus 6% Active Registration fee and must be paid on-site in that moment. (Payment with credit card only!). Checks will not be accepted.
- The final slot allocation will be calculated according to the number of starters in each age group and can be adapted as necessary before the race. To claim your slot, you must attend to the slot allocation and bring your ID or passport and a credit card. The slots that are not claimed will roll until the number of slots allocated to each age group are covered. The slot allocation will be managed and executed only by the organizer.

Die Slot Allocation für die IRONMAN World Championship Hawaii 2016 wird in der Party Area am Strand am Sonntag, 27. September 2015, stattfinden, direkt im Anschluss an die Siegerehrung.

- Die Startgebühr für die IRONMAN World Championship beträgt US \$ 890 + 6% Active Anmeldegebühr und muss direkt vor Ort beglichen werden (die Zahlung ist ausschließlich mit Kreditkarte möglich!). Checks werden nicht akzeptiert.
- Die Finale Verteilung der Qualifikationsslots wird anhand der Starterzahlen pro Age Group berechnet und kann gegebenenfalls vor dem Rennen angepasst werden. Um deinen Qualifikationsplatz anzunehmen, musst du bei der Slot Allocation anwesend sein und einen gültigen Lichtbildausweis und deine Kreditkarte dabei haben. Die Qualifikationsplätze, die nicht angenommen werden, werden so lange weitergegeben, bis alle zu vergebenen Plätze pro Altersklasse vergeben sind. Die Slot Vergabe wird ausschließlich vom Veranstalter durchgeführt.

Asignación previa de slots

Preliminary Slot Allocation

Vorläufige Slot-Verteilung

Categorías/Categories Kategorien	Hombres/Men Männer	Categorías/Categories Kategorien	Mujeres/Women/ Frauen
M18-24	1	F18-24	1
M25-29	3	F25-29	1
M30-34	5	F30-34	2
M35-39	6	F35-39	2
M40-44	7	F40-44	1
M45-49	6	F45-49	2
M50-54	4	F50-54	1
M55-59	2	F55-59	1
M60-64	1	F60-64	0
M65-69	1	F65-69	0
M70-74	1	F70-74	0
M75-79	1	F75-79	0
M80+	1	F80+	0
Total:	39		11

La asignación definitiva se calculará el día de la carrera con el número actualizado de participantes.

The final slot allocation will be calculated on the race day with the actual number of starters.

Die finale Berechnung der Slots wird nach den real gestarteten Athleten am Renntag vorgenommen.

• Resultados **Results** Ergebnislisten

Para la publicación de los resultados definitivos , los Jueces se reunirán después de la Carrera a partir de las 00:00.

Los resultados de reclamaciones se expondrán en la entrega de premios,

El Jurado se forma de la siguiente manera:

- El Director de Carrera o la Persona designada por él
- El Juez Jefe de Carrera o la Persona designada por él
- Una Persona que dé Fe

El Jurado decidirá la Clasificación final antes de la entrega de premios..Se pueden presentar Reclamaciones hasta las 00:00 (Cierre de la carrera), previo pago de 50€. Las Decisiones son en firme y Jurídicamente Inapelables.

La Lista definitiva de resultados se podrá consultar online a partir del lunes después de la carrera en www.ironman.com/mallorca

To appeal a penalty there will be a session of a court of arbitration after the race at 00.00 am. The venue will be the place of the awards ceremony. The court of arbitration consists of following persons:

- the Race Director of the race or a personally named and determined deputy person*
- the Head Referee of the race or a personally named and determined deputy person*
- a Person with the qualification of judgeship*

The court of arbitration determines the race results subject to their adjudicated decision. An objection can be filed on race day until 00:00 am latest at finish line after paying EUR 50,-. The decisions are binding and juristic unappealable. After the race all results will be shown on Monday after the race on the internet www.ironman.com/mallorca

Zur Feststellung der Wettkampfergebnisse tritt nach dem Rennen das so genannte Schiedsgericht im Sinne dieser Veranstaltung um 00:00 Uhr zusammen. Tagungsort ist der Ort der Siegerehrung.

Das Schiedsgericht setzt sich wie folgt zusammen:

- dem Renndirektor der Veranstaltung oder dem von ihm bestimmten Vertreter
- dem Head Referee der Veranstaltung oder dem von ihm bestimmten Vertreter
- einer Person mit Befähigung zum Richteramt

Das Schiedsgericht stellt die Wettkampfergebnisse vorbehaltlich noch zu ergehender Dopingbefunde fest. Ein Einspruch kann am Wettkampftag bis 00:00 Uhr am Ziel gegen eine Gebühr von EUR 50,- eingelegt werden.

Die Entscheidungen sind verbindlich und gerichtlich nicht anfechtbar.

Eine vollständige Ergebnisliste ist am Montag nach dem Wettkampf unter www.ironman.com/mallorca online einzusehen.

• Oficina de objetos perdidos Fundbüro **Lost & Found**

Todo Objeto perdido / encontrado se depositará el domingo 27 entre las 11 y las 14h en el Awards Banquet. El Organizador no se hace responsable de dichos objetos.

Personal belongings which are unmarked and/or have been left in the Transition Area have to be picked up son Sunday, September 27th from 11.00am till 02.00pm at the awards banquet. The organizer assumes no liability.

Fundsachen und nicht abgeholte Gegenstände aus der Wechselzone sind am Sonntag, den 27. September zwischen 11 und 14 Uhr beim Awardsbanquet abzuholen. Der Veranstalter übernimmt keine Haftung.

• **Reglamento/ Rules / Reglement**

Puedes encontrar la normativa oficial y regulaciones vigentes en las pruebas IRONMAN aquí:

<http://www.ironman.com/~media/78b150772a3448bfa32f52738533ecc0/2015%20competition%20rules%20%20final%20%20%208may2015%20%20%20spanish.pdf>

You can find the official rules and regulations governing all IRONMAN events here:

<http://www.ironman.com/rules-and-regulations.aspx#axzz3g2dApl7D>

Please note that rules may change slightly per event. Be sure to familiarize yourself with the rules published in the race briefing.

Sie finden das für alle IRONMAN Events geltende Reglement hier:

<http://www.ironman.com/rules-and-regulations.aspx#axzz3g2dApl7D>

Bitte beachten Sie, dass sich das Reglement bei verschiedenen Events leicht ändern kann. Bitte informieren Sie sich in der Wettkampfbesprechung über die geltenden Regeln.

Los Organizadores del Thomas Cook IRONMAN Mallorca desean a todos los participantes una carrera emocionante , justa y sobretodo exitosa!!

The organizers of the Thomas Cook IRONMAN Mallorca would like to express their best wishes to all athletes for a safe, exciting and successful race.

Die Organisatoren des Thomas Cook IRONMAN Mallorca wünschen allen teilnehmenden Athletinnen und Athleten einen spannenden, fairen und erfolgreichen Wettkampfverlauf.

IRONMAN SPAIN SLU

Carrer de Pau Claris 172, 5^o - 1B
08037 Barcelona – Spain.