



Gastgeber 2019:



# 1. Hölle Special



## **Veranstalter:**

Mark Hörstermann

(Kommunikationsberater & Organisator des Triathlons „Hölle von Q“)

## **Gastgeber:**

Evangelische Stiftung Neinstedt

## **Kooperationspartner:**

Special Olympics Sachsen-Anhalt

## **Hauptsponsoren:**

zahnarztpraxisleipzig.com Zahnmedizin aus Leidenschaft

Neumann Hörakustik

Gesundheitsunternehmen Ziesing



## **Wann & Wo?**

**30.08.2019 – 01.09.2019**

in Thale OT Neinstedt (Am Rumberg 38)

## **Wer?**

alle sportinteressierten Menschen mit einer geistigen Behinderung

**ab 16 Jahre**

(Unterstützende – teilnehmerorientierte Begleitung ist möglich!)

## **Was?**

Triathlon für EinzelstarterInnen und Staffeln

Schwimmen - Radfahren - Laufen



## **Organisatorisches:**

AnsprechpartnerIn:	Herr Mark Hörstermann (Veranstalter) – Tel. 0152/ 02803644 Herr Winfried Knorr (Gastgeber) – Tel.: 03947/ 99 367 Frau Nancy Eichmann (Gastgeber) – Tel.: 03947/ 99 491
Meldeschluss:	<del>20.08.2019</del> <b>neu:</b> <b>15.07.2019</b> <b>Anzahl der StarterInnen ist begrenzt</b> (Nachmeldungen sind nur auf Anfrage möglich)
Startgebühr:	<b>24,00 EUR</b> <b>Teilnahme am Triathlon</b> inkl. Eventbeutel („Hölle von Q“ T-Shirt, Badekappe und mehr)  <b>6,00 EUR</b> <b>Teilnahme am Begegnungscamp</b> mit Übernachtung & Verpflegung (siehe Information unter Allgemeines) (je Sportler-/BetreuerInnen)
Anmeldung:	Online und/ oder per Download & Post unter: <a href="http://www.hoelle-von-q.de/anmeldung-hoelle-special/">www.hoelle-von-q.de/anmeldung-hoelle-special/</a> nähere Informationen auch unter: <a href="http://www.hoelle-von-q.de/hoelle-special/">www.hoelle-von-q.de/hoelle-special/</a>



### Ablaufplan:

(Änderungen möglich)

#### **30.08.2019 - Anreise**

- ab 15.00 Uhr                      Anreise der Delegationen und Aufbau des Begegnungscamps  
eigene Zeltausrüstung ist mitzubringen  
2 Mannschaftszelte für große Gruppen sind bei rechtzeitiger Anmeldung vorhanden
- ab 17.00 Uhr                      Eröffnung des Begegnungscamps, gemeinsames Abendessen, gemeinsame  
Abendgestaltung; 1. Einweisung „Hölle Special“

#### **31.08.2019 – Hölle Special**

- ab 8.00 Uhr                      Frühstück
- 10.00 Uhr                      Einweisung der Delegationsleiter/ EinzelsportlerInnen
- 11.00 Uhr                      Eröffnung des Triathlons inkl. Einweisung der TriathletInnen
- ab 11.30 Uhr                      Mittagessen
- 12.30 Uhr                      Abfahrt nach Ditfurt zum Schwimmstart
- 14.00 Uhr                      Start Schwimmwettbewerb
- 14.30 – 15.00 Uhr              Rückfahrt nach Neinstedt zum Marienhof
- 16.00 Uhr                      Radstart am Marienhof mit anschließendem Lauf in Quedlinburg
- 18.00 Uhr                      Ende des Triathlons in Quedlinburg auf dem Markt mit Siegerehrung und  
Rücktransport nach Neinstedt
- ab 19.00 Uhr                      Nudel- oder Grillparty mit Disco und Ehrung der TriathletInnen

#### **01.09.2019 – Hölle von Q & Abreise**

- ab 08:00 Uhr                      Frühstück
- im Anschluss                      gemeinsamer Besuch des Stimmungsnestes am Marienhof um die TriathletInnen  
der „Hölle von Q“ anzufeuern  
Individuelles Mittagessen und Abreise



### Allgemeines:

#### **Zum Triathlon**

Die „Hölle Special“ ist eine Veranstaltung unter dem Dach der „Hölle von Q“. Die „Hölle von Q“ ist ein Mitteldistanztriathlon und findet am 01.09.2019 statt. Veranstalter ist Mark Hörstermann.

#### **Ehrung der Sieger**

Die Siegerehrung findet auf dem Marktplatz in Quedlinburg statt. Eine weitere Würdigung der TriathletInnen wird im Rahmen der Abendveranstaltung durchgeführt.

#### **Information:**

Die Evangelische Stiftung Neinstedt und Mark Hörstermann möchten mit dem Angebot „Hölle Special“ ein Angebot für Menschen mit einer geistigen Behinderung schaffen. Die SportlerInnen sollen Möglichkeiten zum Kennenlernen haben und im sportlichen Wettstreit ihre Kräfte messen. Aus diesem Grund haben wir auch ein ganzes Wochenende eingeplant und freuen uns auf jede/n TeilnehmerIn.



Jetzt mit **Hölle Special** – Ein Special Olympics Triathlon

Gastgeber 2019:



Am An- und Abreisetag kann gern ein Mittagessen in unserem Bistro (Am Rumberg, 06502 Thale OT Neinstedt) oder im Hofladen (Am Marienhof 1a, 06502 Thale OT Neinstedt) eingenommen werden. Diese Leistungen sind nicht im Verpflegungsangebot enthalten. Alle im Ablaufplan erwähnten Versorgungen sind frei und werden durch Essen- und Getränkemarken geregelt. Wünsche darüber hinaus werden von den TeilnehmerInnen eigenfinanziert. Die notwendige Begleitung für den Aufenthalt einschließlich evtl. Übernachtung sowie für die Teilnahme an der Sportveranstaltung ist von bzw. für die TeilnehmerInnen zu organisieren.

Wollen Sie unsere Umgebung kennenlernen, dann besuchen Sie doch das naheliegende Bodetal, den Hexentanzplatz in Thale, die Welterbestadt Quedlinburg oder die Teufelsmauer in Weddersleben. Nähere Informationen finden Sie auf [www.bodetal.de](http://www.bodetal.de) oder auf unserer Homepage: [www.neinstedt.de](http://www.neinstedt.de).

Sollten Sie Interesse an einer Führung innerhalb unserer Einrichtung haben, sprechen Sie uns frühzeitig an! (nur bei Voranmeldung möglich!)

### weitere Information (Übernachtung):

Wir bieten den TriathletInnen und BegleiterInnen die Möglichkeit in unserem Begegnungscamp auf unserem Einrichtungsgelände zu übernachten. Das hat den Vorteil, dass alle TeilnehmerInnen die Angebote (siehe Ablaufplan) direkt nutzen können und niemand durch die Gegend fahren muss. Unabhängig von diesem Angebot stehen in Neinstedt und der näheren Umgebung weitere Übernachtungsmöglichkeiten zur Verfügung, die bei Interesse eigenverantwortlich organisiert werden müssen. Die Nutzung unserer Angebote rund um die „Hölle Special“ bleiben davon unberührt.



## Streckenbeschreibung

### Schwimmen

Der Schwimmwettbewerb findet im Dittfurter See statt. Die Streckenlänge beträgt max. 150 m. Der Start- und Zielbereich ist identisch mit der „Hölle von Q“. Spezielle Schwimmbekleidung ist nicht erforderlich, aber möglich. Der Start erfolgt als ~~Massen- oder Gruppenstart~~ **EINZELSTART**. Nach dem Schwimmen fahren alle TriathletInnen mit einem Shuttlebus nach Neinstedt zum Radstart. **Die Schwimmstrecke wird von der Wasserwacht abgesichert.**

### Radfahren

Die Radstrecke ist 4,65 km **zzgl. ca. 600m** lang und hat keine nennenswerten Höhenunterschiede im Streckenprofil. Die Startreihenfolge entspricht dem Schwimmergebnis. Alle Kurven sind überschaubar und leicht zu durchfahren. Die Streckenbeschaffenheit lässt den Einsatz fast aller Fahrradvarianten zu. Auszuschließen sind Rennräder und bevorzugt sind MTB zu empfehlen. Ein sicherer Umgang mit dem Rad und ein renntauglicher Zustand des Rades ist Voraussetzung und liegt in der Verantwortung des(r) Sportlers(In)/ Delegationsleiters(In). Teilabschnitte der Radstrecke weisen leichten Feldwegcharakter auf. Auf Teilabschnitten ist geringer Fahrzeugverkehr möglich.

**Die Strecke ist an allen wichtigen Stellen durch Streckenposten abgesichert. Es besteht Helmpflicht!**

### Laufen

Die Laufstrecke ist 2 km **abzgl. ca. 300m** lang und führt die LäuferInnen durch die Straße „Hölle“ bis auf den Marktplatz der Welterbestadt Quedlinburg. Die Strecke weist keine nennenswerten Höhenunterschiede auf. **Alle zu überquerenden Straßen sind durch die Polizei und Streckenposten abgesichert.**



Also seid dabei, wenn es wieder heißt:

**„Ich will gewinnen, doch wenn ich nicht gewinnen kann, so will ich mutig mein Bestes geben.“**