

# IRONMAN®

## 70.3<sup>®</sup> RAPPERSWIL-JONA SWITZERLAND

Sekinger Bruno  
Bachstrasse 2  
5621 Zufikon  
Tel. Natel: +4179/ 246 11 13  
Tel. Fax: +4156/ 631 48 38  
Tel. Privat: +4156/ 631 48 38  
E-Mail: [b\\_sekinger@hispeed.ch](mailto:b_sekinger@hispeed.ch)

5621 Zufikon, Freitag den 05. Mai 2017

### **Helpereinsatz am Verpflegungsposten Busskirch - Station, vom Sonntag 11. Juni 2017 von 8:00 Uhr – ca. 17:40 Uhr...!**

Hallo zusammen,

Erstmal Herzlichen Dank das Ihr euch zur Verfügung gestellt habt um am Ironman 70.3 Switzerland, 2017 an der Busskirch - Station (der zum 11. Mal in Rapperswil – Jona stattfindet) mitzuhelfen.

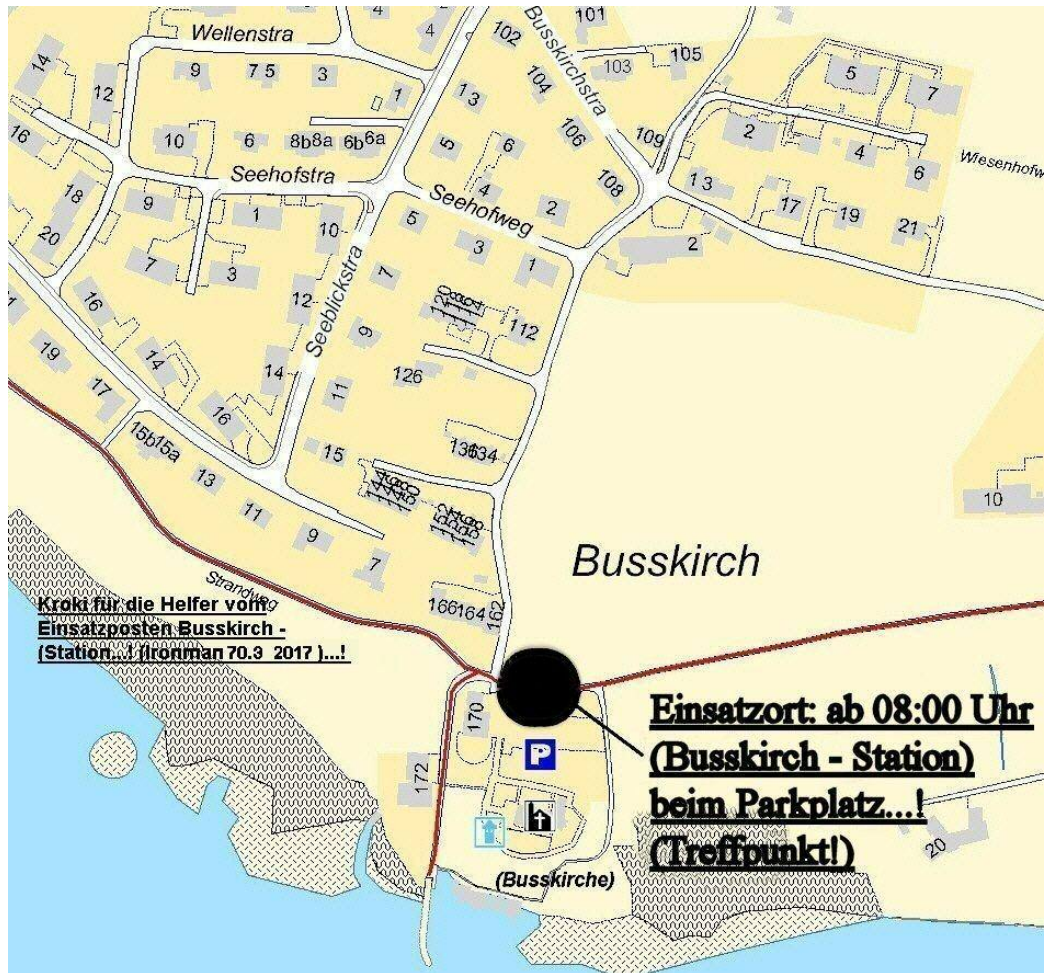
Ich habe die Aufgabe als Ressortleiter übernommen für den Verpflegungsposten der Busskirch Station.

#### **Angaben zu meiner Person:**

Ich heisse Bruno Sekinger, bin 39 Jahre Jung komme aus dem Kanton Aargau und wohne in Zufikon. Meine Hobbys sind: Velofahren, Joggen (Verein Läuferriege Wohlen), Kegeln (Klub), Computer... Meine eigenen Erfahrungen vom Ironman sind: Habe 2 Mal am Zürich Ironman die Strecke gesichert und jetzt zum 11. Mal Ressortleiter, vorher Kapuziner – Station und jetzt zum 8. Mal an der Busskirch – Station in Rapperswil – Jona. Ich nehme selber an Verschiedenen Wettkämpfen in der Schweiz und im Ausland teil (Laufsport und Duathlon, Triathlon).

## Zum Helfereinsatz am 11. Juni 2017

- Um 08:00 Uhr ist der Treffpunkt an der Busskirch - Station. (siehe Plan.)



- Ab 8:00 Uhr sind wir an der Busskirch Station und stellen den Verpflegungsposten auf. Wenn der Verpflegungsposten steht werden wir gemeinsam für die Athleten vom Ironman 70.3 Switzerland die Getränke, Früchten usw. vorbereiten. Danach gibt es eine kleine Einführung von mir und die Einteilungen werden gemacht. **Neu ist in diesem Jahr das wir 2 Personen mehr zu Verfügung haben, für die Streckensicherung an der Strasse des Restaurants. (Herzlich Willkommen bei der Busskirch – Station...!)** (Foto: Busskirch Station.)



(Unser Platz...!) (Der ungefähre Aufbau unseres Verpflegungspostens (In der Beilage gibt es diesen noch in Grossformat dazu!))



- Ca. um 10:35 Uhr werden die Athleten bei uns einkehren und unsere Aufgabe ist, sie zu verpflegen. (Becher mit Getränke den Athleten übergeben wie auch die Verschiedenen Nahrungen wie zum Beispiel: Bananen, Power Bar usw.)
- Dies geht solange bis jeder Athlet 2 Mal die Runde zurückgelegt hat (21.1km). (Plan Laufstrecke unten ersichtlich. Wenn der letzte uns Passiert hat wird hinter Ihm ein Besenwagen fahren. Wenn dieser an uns vorbei ist währe unser Einsatz schon fast beendet. Danach wird es nur noch darum gehen, unsere Stände aufzuräumen und im Anschluss wird es ein kleines Feedbackgespräch mit uns geben. (Dies dauert noch ca. 25 min.)

Nehmt euch zu Herzen, die letzten beißen nicht die Hunde! Wir zählen auf Eure Mithilfe!



**Mitnehmen:**

- Sonnencreme (Wetterbedingt)
- Regenschutz (Wetterbedingt)
- Kopfbedeckung (Wetterbedingt)
- Lunch (Vorhanden, jeder bekommt vor Ort ein Lunch – Sack.)
- Jeder bekommt noch ein Helfer - T-Shirt vom Ironman 70.3 / 2017.
- Natürlich gute Laune ;-)

**Allgemeine Infos:**

- Dieses schreiben und die Verschiedenen Dateien die ich Euch auch zugesendet habe sind auch im Internet ersichtlich (Volunteer – System). Ihr müsst euch nur einloggen, Benutzernamen: = Eure E - Mail – Adresse und Euer Passwort und schon seid Ihr drin. Unter der Adresse:

[https://volunteer.swissolympic.ch/cms/index\\_start.aspx](https://volunteer.swissolympic.ch/cms/index_start.aspx)

- Ebenfalls habe ich noch eine Internetseite eingerichtet von der Busskirch – Station, die vom letzten Jahr veröffentlichte Fotos und aber auch die Informationen und Dateien von diesem Event vom Ironman 70.3 Switzerland in Rapperswil – Jona 2017 ersichtlich sind, unter der Adresse:

<http://ironman70-3-busskirchstat.piranho.de>

- Ich als Ressortleiter habe auch noch einen Stellvertreter, der zum sechsten Mal in diesem Jahr dieses Amt mit mir ausführt. Wir werden Euch zusammen am Wettkampftag die verschiedene Info geben. Stv. Pascal Conzett aus Wetzikon (ZH).
- Wenn Ihr fragen habt, gebe ich Euch gerne Auskunft um diese so gut wie möglich nach meinem Wissen zu beantworten.
- **Bruno Sekinger, Zufikon (AG), 079/ 246 11 13 erreichbar ebenfalls am Wettkampftag!!!**

#### Anreise:

- Am besten kommt Ihr mit dem Zug (Öffentlicheverkehrsmittel) denn die Parkplätze sind dieses Jahr am Wettkampftag begrenzt und daher nur in geringer Anzahl verfügbar (Die Parkplätze ganz in der Nähe von unserem Einsatzort werden alle besetzt sein...!) Vom Bahnhof her ist es zu Fuss ca. 15 – 20 min. bis Ihr an der Busskirch - Station seid. Geht vom Bahnhof her alles am Strandweg entlang bis zur Busskirche. (Der unterste Weg vom See, Rot markiert siehe auf den Plan.)  
**(PS: Es ist auch möglich, mit dem Auto anzureisen, aber nur die, die ausserhalb im umkreis von 30 km den Wohnort haben. Beim Verpflegungsposten Busskirch – Station hat es Parkplätze, aber da müsst Ihr spätestens um 07:30 Uhr vor Ort sein, sonst kommt man nicht mehr durch mit dem Auto, denn die Einfahrt wird ab 07:45 Uhr gesperrt. Im Navi einfach Busskirche (oder Busskirchstrasse) in Jona eingeben, dies führt Euch dann an die richtige Stelle...!)**



## Übernachtungsmöglichkeiten die ausserhalb im Umkreis von 30 Km den Wohnort haben:

- **Neu in diesem Jahr bietet der Ironman 70.3 Switzerland in Rapperswil – Jona einen Campingplatz an, für die Helfer die nicht gerade um die Hausecke wohnen. Ihr selber müsst natürlich Euer Persönliche Zelt selber mitbringen! Der Fussweg beträgt ca. 15 Minuten vom Campingplatz zur Busskirche. (Siehe Plan unten!) Die Kosten pro Person beträgt (Nur für die Helfer des Ironman 70.3) 5 SFr. für Kurtaxe, Strom und Wasser (Pro Nacht!).**

**Die Interessen haben auf dem Campingplatz zu übernachten, müssten unter Folgendem Link sich anmelden, bis Donnerstag den 01. Juni 2017 um 12:00 Uhr:**

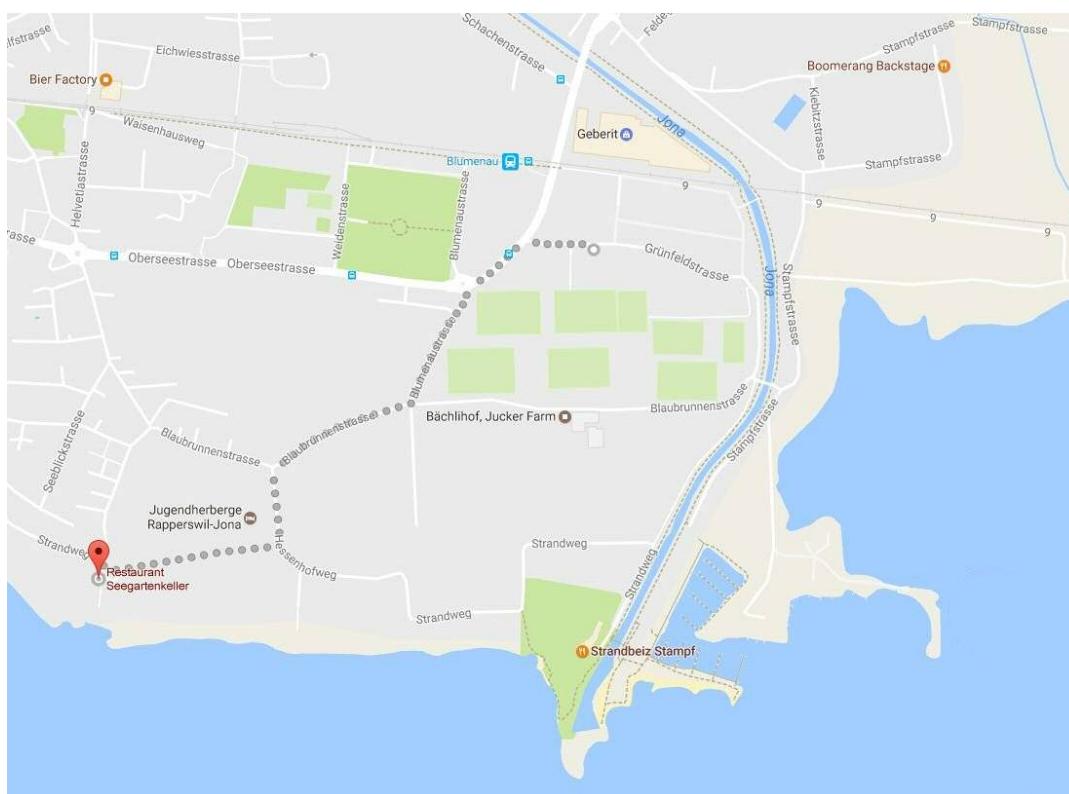
<https://ironmanzurich.wufoo.com/forms/zvz6kko1kagxv4/>

**Sehr Wichtig: Beim Anmelden müsst Ihr beim Ausfüllen des Formulars unter Bemerkungen folgende Angaben tätigen: Das Ihr Volunteer und Helfer/Innen seit, dem Ironman 70.3 und den Einsatz an der Busskirche habt.**

**Die Adresse vom Campingplatz heisst: Sportanlage Grünfeld, Grünfeldstrasse 8, 8645 Jona SG.**

**Noch etwas, wenn Ihr Fragen über den Campingplatz hättet, bin ich selber nicht zuständig, Bitte geht auf die Person zu: Rapperswil Zürichsee Tourismus, Tourist Information, Ayse Aksoy, Fischmarktplatz 1, 8640 Rapperswil, Tel: +41 55 225 77 00. Herzlichen Dank im Voraus!**

### Fussweg von dem Campingplatz zur Busskirch – Station...!



### Schlusswort:

- **Nun freuen sich mein Stellvertreter und Ich uns darauf Euch am 11. Juni 2017 in Rapperswil - Jona an der Busskirch Station um 8:00 Uhr begrüßen zu dürfen. (Siehe Plan Abschnitt: Zum Helfereinsatz am 11. Juni 2017)**

**Bis dorthin wünschen wir Euch noch eine schöne Zeit, mit freundlichen sportlichen Grüßen.  
Pascal Conzett und Bruno Sekinger.**