



Deutsche
Triathlon Union

Triathlon im Schulsport

Handlungsempfehlungen zur Umsetzung für
die Verbandsstrukturen
Stand: 02/2026

Einleitung

Dieses Dokument definiert die spezifischen Regelungen für den Triathlon im Schulsport aus Sicht der Deutschen Triathlon Union (DTU). Die Regelungen unterscheiden sich in einigen Punkten vom Regelwerk für den Vereinssport, um den besonderen Anforderungen und Rahmenbedingungen des schulischen Umfelds gerecht zu werden.

Die unterschiedlichen Bewegungsangebote (Triathlon, Duathlon, Swim & Run et cetera) sollen genutzt werden, um Interesse an der Sportart zu wecken. Die Einstiegshürden zum "Reinschnuppern" im schulischen Kontext sollen möglichst niedrig gehalten werden, um eine Umsetzung der Sportart durch Lehrkräfte zu ermöglichen.

Der Jugendausschuss (JA) hat einen Erstentwurf verfasst, welcher Ende November 2025 per Mail an die Landesverbände ausgesendet wurde. Diese konnten ihrerseits Anmerkungen bis 30.01.2026 einbringen. Das vorliegende Dokument beinhaltet den aktuellen Stand innerhalb der Verbandsstrukturen zur entsprechenden Thematik.

Ziele des Vereins- und Schulsports

Generell gilt es zu berücksichtigen, dass Unterschiede zwischen Vereins- und Schulsport bestehen. Die nachfolgende Tabelle gibt einige Beispiele wieder.

Tab.1: Gegenüberstellung der Unterschiede zwischen Vereins- und Schulsport

Merkmal	Vereinssport	Schulsport
Zielsetzung	Leistungsorientierung, Talentförderung, Wettkampfsport	Erziehung, Gesundheit, Bewegungsförderung, Bildung
Teilnahme	Freiwillig, oft mit Mitgliedschaft	Pflichtveranstaltung für alle Schüler/innen. Die Teilnahme an außerunterrichtlichem Sport ist i.d.R. freiwillig.
Regelwerk	Streng nach Sportverbänden	Pädagogisch angepasste Regeln (dem Leistungsstand der Lernenden entsprechend)
Leistungsbewertung	Durch Trainer, Tabellen, Wettkämpfe	Durch Lehrer, pädagogische Maßstäbe
Zugangsvoraussetzungen	Teilweise leistungsbezogene Auswahl	Keine Zugangsbeschränkungen
Zielgruppe	Sportlich Interessierte, oft bereits sportlich vorgebildet	Heterogene Lerngruppen mit unterschiedlichem Leistungsstand
Trainer/innen ggü. Lehrkräfte	Sportfachlich ausgebildete Trainer/innen	Staatlich geprüfte Sportlehrkräfte mit pädagogischer Ausbildung

Für die Ausrichtung des Triathlons im Schulsport können folgende Merkmale festgehalten werden:

- Pädagogischer Fokus statt leistungsorientierter Wettbewerb
- Erziehung zum Sport und durch den Sport (Doppelauftrag des Sportunterrichts)
- Vereinfachte Regeln und Formate zwecks Teilnahme
- Integration in den schulischen Bildungsauftrag (Bewegungsfelder erschließen, wie z.B: Rollen und Gleiten)
- Förderung von Bewegung, Teamarbeit und Motivation

Empfehlungen zur Umsetzung

- Die Sicherheit aller Teilnehmenden hat oberste Priorität!
- Fokus auf niederschwellige Formate wie Swim & Run oder Duathlon
- Anwendung von Übungsformen im Sportunterricht, wie z.B. Hallentriathlon
- Staffelwettbewerbe (auch geschlechtergemischte Teams) zur Förderung des Teamgeists
- Zeitlimits (cut-off-Zeiten) entfallen zugunsten der Teilnahme aller Schüler/innen
- Teilnahmeorientierte Bewertung
- Einführungseinheiten im Sportunterricht vor dem Wettkampf

Aussetzung bestimmter Passagen des Regelwerks im Schulsport

Einen wichtigen Faktor zur Steigerung der Motivation stellen vereinfachte Regeln dar. Gerade im Spannungsverhältnis von Triathlonwettkämpfen auf Vereinsbasis gegenüber dem Schulsport gilt es dies zu beachten. Die nachfolgenden Abwandlungen sollen daher die Durchführbarkeit für Schulen ermöglichen sowie die Teilnahme von Schülerinnen und Schülern fördern.

Für den Schulsportwettbewerb "Jugend trainiert für Olympia und Paralympics" gelten eigene Durchführungsbestimmungen für die Sportart Triathlon.

Tab.2: Argumente zur Aussetzung bestimmter Passagen des Regelwerks im Schulsport

Thema	Argumente im Schulsport
Windschattenverbot	Kinder außerhalb des Vereinssports kennen diese Abstandsregel nicht und wenden diese auch nicht in ihrem alltäglichen Verhalten an. Sie sind dahingehend "unerfahren" und können auch die Distanz zum Vorausfahrenden nur schwer einschätzen. Bei einem Schultriathlon ist ein Windschattenverbot nicht anwendbar.
Abrolllänge	Kinder nehmen mit ihrem Alltagsfahrrad teil ohne große Umbauten vorzunehmen.
Sportrechtliche Genehmigung	Schulsportliche Veranstaltungen bedürfen zur Durchführung keiner sportrechtl. Genehmigung, da Schulsport außerhalb des Verbandswesens eigenständig stattfindet. Dennoch ist es wünschenswert, wenn die Verbandsstrukturen Kenntnisse von Aktivitäten erhalten und Kontakte knüpfen bzw. Netzwerke aufbauen, um nachhaltige Strukturen und Angebote für den Schulsportbereich und Vereine zu gestalten.

Thema	Argumente im Schulsport
Einsatz von Wettkampfrichtenden	Ein Einsatz ist nicht zwangsläufig notwendig. Anstatt von Disqualifikationen bei Regelverstößen soll ein pädagogisches Handeln (oder Nachbesprechungen) erfolgen, um die Teilnehmenden auf ihr Fehlverhalten hinzuweisen und sie zu unterstützen.
Gleiche Klasse, anderes Alter	Bei einer schulsportlichen Veranstaltung steht das Klassengefüge im Mittelpunkt des gemeinsamen Erlebnisses. Schülerinnen und Schüler (SuS), die älter sind als der Rest der Klasse, starten dennoch über die gleichen Distanzen wie die anderen, selbst wenn die Strecken dadurch für sie geringer ausfallen als in der Sportordnung der DTU für die Altersklasse vorgesehen. SuS, die eine Jahrgangsstufe wiederholen, sind auch in anderen Schulfächern bevorteilt.