



**Europe
Triathlon
Middle Distance
Duathlon Championships**

**Alsdorf
2024**

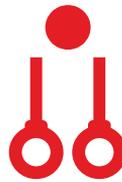
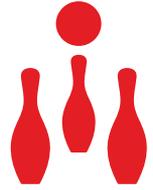


Europameisterschaften
und Deutsche
Meisterschaften
im Duathlon

Sonntag, 05. Mai 2024

Anmeldung unter: www.powerman-alsdorf.de





Dabeisein ist einfach.

Wenn der Finanzpartner sich für den Sport
in der Region engagiert.

TEAM



Top Partner

Wenn's um Geld geht



Sparkasse
Aachen

Grußwort Patrick Thevis

Liebe POWERMAN Alsdorf Familie,

ich freue mich unglaublich, euch alle zum POWERMAN Alsdorf 2024 mit den Europameisterschaften im Duathlon über die Mitteldistanz begrüßen zu dürfen! Dieses großartige Event am 5. Mai 2024 verspricht, ein absoluter Höhepunkt im Duathlon-Kalender zu werden, und ich bin stolz darauf, als Rennleiter vor Ort zu sein.

Unserer Veranstaltung in Alsdorf hat eine lange Tradition, und es ist immer wieder beeindruckend zu sehen, wie sich die Duathleten aus ganz Europa hier versammeln, um ihre Grenzen zu testen und gemeinsam ihre Leidenschaft für diesen anspruchsvollen Sport zu leben.

Die Mitteldistanz über 10 km laufen, 60 km Rad fahren und 10 km laufen ist eine echte Herausforderung, die euren Mut, eure Ausdauer und euren Kampfgeist auf die Probe stellen wird. Aber genau das ist es, was den Duathlon so besonders macht - die Möglichkeit, über sich selbst hinauszuwachsen und gemeinsam mit Gleichgesinnten unvergessliche Momente zu erleben.

Ich möchte allen Athleten meinen Respekt und meine Bewunderung aussprechen, denn ihr habt hart für dieses Rennen trainiert, und heute ist eure Chance, euer Können und eure Leidenschaft zu zeigen. Denkt daran, dass es nicht nur um die Platzierungen geht, sondern auch um das persönliche Erlebnis, die Freude am Sport und die Gemeinschaft unter Gleichgesinnten.

Ein herzliches Dankeschön geht an unsere Sponsoren, der Stadt Alsdorf, der StädteRegion Aachen, Unterstützer, Freiwilligen und das gesamte Organisations-Team, die dieses Event erst möglich machen. Ohne eure Unterstützung wäre der POWERMAN Alsdorf nicht das, was er heute ist.

Ich wünsche allen Teilnehmern ein faires Rennen, viel Spaß und Erfolg! Möge die Strecke euch wohlgesonnen sein und mögt ihr eure persönlichen Ziele erreichen. Lasst uns gemeinsam eine großartige Europameisterschaft im Duathlon erleben und diese besondere Atmosphäre in Alsdorf genießen.

Auf ein spannendes Rennen und auf unvergessliche Momente!

Mit sportlichen Grüßen,
Patrick Thevis

Dear POWERMAN Alsdorf family,

I am incredibly excited to welcome you all to POWERMAN Alsdorf 2024 with the European Duathlon Championships over the middle distance! This great event on 5 May 2024 promises to be an absolute highlight in the duathlon calendar and I am proud to be there as race director.

Our event in Alsdorf has a long tradition and it is always impressive to see how duathletes from all over Europe gather here to test their limits and live their passion for this challenging sport together.

The middle distance 10km run, 60km bike and 10km run is a real challenge that will test your courage, endurance and fighting spirit. But that's exactly what makes the duathlon so special - the opportunity to surpass yourself and experience unforgettable moments together with like-minded people.

I would like to express my respect and admiration to all the athletes, because you have trained hard for this race and today is your chance to show your skills and passion. Remember, it's not just about the placings, it's about the personal experience, the enjoyment of the sport and the camaraderie of like-minded people.

A big thank you goes to our sponsors, the city of Alsdorf, the StädteRegion Aachen, supporters, volunteers and the entire organization team, who make this event possible. Without your support, the POWERMAN Alsdorf would not be what it is today.

I wish all participants a fair race, lots of fun and success! May the course be kind to you and may you achieve your personal goals. Let's experience a great European Duathlon Championships together and enjoy this special atmosphere in Alsdorf.

Here's to an exciting race and unforgettable moments!



MOVE THE WORLD.
MOVE YOUR FUTURE.

WIR BILDEN AUS:

- **KAUFMANN** (m/w/d)
für Spedition und Logistikdienstleistung
- **BACHELOR OF ARTS**
(m/w/d) Betriebswirtschaft
Fachrichtung Spedition/Transport/
Logistik
- **BERUFSKRAFTFAHRER**
(m/w/d)
- **FACHKRAFT** (m/w/d)
für Lagerlogistik
- **FACHLAGERIST** (m/w/d)

IN ALSDORF



STARTE MIT DACHSER IN DEINE ZUKUNFT.

Egal, ob du noch suchst oder schon ziemlich genau weißt, wo dein Berufsweg dich hinführen soll – DACHSER ist eine richtige Adresse für dich. Denn wir helfen dir, den passenden Einstieg in deine Berufswelt zu finden. Wir sind überzeugt: Die Zukunft gehört denen, die sie organisieren, und das tun wir. Mit einer Ausbildung bei DACHSER leistest du einen wertvollen Beitrag für die Versorgung der Welt, ob im Lager, in der Umschlaghalle, im LKW oder im Büro. Bei uns gestaltest du deine Ausbildung aktiv mit und lernst alle Bereiche eines modernen Logistikdienstleisters kennen. Starte mit uns in deinen Beruf.

BEWIRB DICH JETZT

Komm zu uns als Taktgeber der Weltwirtschaft: www.dachser.de/karriere

DACHSER SE • Logistikzentrum Maas-Rhein
Frau Sabine M. Indiesteln • Thomas-Dachser-Straße 1 • 52477 Alsdorf
Tel.: +49 2404 902 130

Powerman 2024

Die Europameisterschaft kehrt nach Alsdorf zurück!

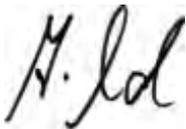
Eine einzigartige sportliche Erfolgsgeschichte erhält ein weiteres Kapitel. Denn schon zum zweiten Mal wird in Alsdorf die Europameisterschaft im Duathlon ausgetragen! Das ist nach der Ausrichtung der Deutschen Meisterschaften, die die Deutsche Triathlon Union e.V. der Stadt Alsdorf und dem Marathon-Club-Eschweiler regelmäßig anvertraut, ein weiterer Ritterschlag. Das ist eine tolle Bestätigung, dass die Aufbauarbeit dieses Sportevents sich gelohnt hat und dass Alsdorf einfach eine passende Kulisse dafür ist.



Wenn die Athleten sich auf die Jagd nach der Bestzeit begeben, dann ist man als Zuschauer ganz dicht dran. Hautnah mitzerleben, wie auf der Laufstrecke und auf der Fahrraddistanz die Sportler ihr Bestes geben, ist einfach großartig. Gerne lade ich dazu ein, hier dabei zu sein.

Mein besonderer Dank gebührt einmal mehr dem Marathon-Club-Eschweiler. Was hier geleistet wird, ist einfach beeindruckend. Das Team rund um Renndirektor Patrick Thevis sorgt mit einer großen Professionalität dafür, dass beim „Powerman“ in Alsdorf einfach alles stimmt. Natürlich geht all das nicht ohne finanzielle Unterstützung – und auch die gibt es: Ich danke an dieser Stelle den Sponsoren – den alten und den neuen, die dieses sportliche Highlight auf höchstem internationalen Niveau unterstützen. Nur mit diesen vereinten Kräften lässt sich solch ein Event stemmen.

Ich wünsche den Wettkämpfen auch in 2024 einen erfolgreichen Verlauf und eine Europameisterschaft für die Sportler und die Zuschauer gleichermaßen.



Alfred Sonders
Bürgermeister der Stadt Alsdorf



F(iT) in jeder Disziplin!

www.regioit.de

Starker Partner regio iT – Trends erkennen,
digitale Lösungen planen, bauen und betreiben,
die sicher, innovativ und einfach sind.

regio iT · gesellschaft für informationstechnologie mbH
Sitz der Gesellschaft: Aachen · Niederlassung: Gütersloh, Siegburg

 **regio iT**

Powerman 2024

Liebe Sportlerinnen und Sportler, verehrte Gäste!

„Am vergangenen Wochenende fand in Alsdorf der letzte POWERMAN statt, veranstaltet vom Marathon-Club Eschweiler. Nach 14 erfolgreichen Jahren (...) ist Schluss.“ Mit dieser Schlagzeile hat der Marathon Club Eschweiler am 1. Mai 2023 die komplette Sportszene in der StädteRegion und weit darüber hinaus geschockt. Der Aufwand und sicher auch die finanziellen Risiken waren einfach zu groß geworden.



Zum Glück hat sich die Sachlage zwischenzeitlich geändert. Dem enormen Einsatz der unfassbar engagierten Ehrenamtler sei Dank. Zudem konnten neue Sponsoren wie der EWW und die regio IT gewonnen werden, die ein Event in einer solchen Größenordnung gemeinsam mit den vielen langjährigen Förderern erst möglich machen.

Und so mehr freue ich mich, dass wir auch im kommenden Jahr wieder ein herausragendes Ereignis des Duathlonsports in der StädteRegion Aachen erleben dürfen. Ich erinnere mich noch gut an die Europameisterschaft 2022. Im Fußball musste Deutschland seit 1988 warten, um nochmal - ebenfalls im kommenden Jahr - eine EM ausrichten zu dürfen. Im Duathlon dauerte es gerade einmal zwei Jahre. Das spricht für sich und zeigt, welche hohe Wertschätzung die Organisatorinnen und Organisatoren rund um Patrick Thevis in der Szene weltweit zurecht genießen. Das ist ein besonderer Vertrauensbeweis und das sichere Zeichen, dass der Verein seit Jahren tolle Arbeit leistet.

Als internationales Sportevent ist der Powerman Wirtschaftsfaktor und Imagegewinn für die gesamte StädteRegion. Derzeit läuft hinter den Kulissen schon die Vorbereitung der Bewerbung um die Duathlon-Weltmeisterschaft 2025. Eine Riesen-Herausforderung aber auch ein Riesencoup, wenn es klappt. Dafür drücke ich schon jetzt fest die Daumen.

Ich wünsche den Europameisterschaften im Duathlon 2024 einen spannenden Verlauf und bin sicher, dass wir wieder einmal ein unvergleichliches Sportevent in einem ganz besonderen Ambiente erleben werden.

Ihr

Dr. Tim Grüttemeier
Städteregionsrat



Zittel Mercedes-Benz in Eschweiler und Alsdorf für Sie da.

Mit Leidenschaft und Herzblut für Sie da.

Gerne beraten wir Sie. Besuchen Sie uns doch in einer
unserer Showrooms oder gerne auch auf unserer Website

www.mbzittel.de

Wir freuen uns auf Sie!

Mercedes-Benz

Das Beste oder nichts.



Zittel Autorisierter Mercedes-Benz Verkauf, Service und Vermittlung

Eschweiler: Rue de Wattrelos 8-10 | Telefon 02403 87020 | Fax 02403 870230

Alsdorf: Linnicher Straße 203 | Telefon 02404 94330 | Fax 02404 943330

info@mbzittel.de | www.mbzittel.de

www.instagram.com/mb.zittel | www.facebook.com/MercedesZittel



1. GENERAL INFORMATION

1.1. INTRODUCTION

The purpose of the Athlete's Guide is to ensure that all athletes, coaches, and Team Leaders are well informed about all procedures concerning the Event. The LOC ensures that the information contained in this Guide is correct and up to date as of the production date. However, athletes, coaches and Team Leaders are advised to check with the event office regarding any changes in information included in this guide.

1.2. KEY DATES

Saturday 04.05.2024

times	Event	Venue Alsdorf
10:00-16:00	POWERMAN Classics Elite / Para with European Championships Elite uniform & license check Race pack hand out.	Absolute Teamsport, Bahnhofstraße 56
10:00 – 16:00	Issuing of race numbers (EC uniform check) POWERMAN Classics European Championships AG,	Absolute Teamsport, Bahnhofstraße 56
10:00 – 16:00	Issuing of race numbers POWERMAN Classic German Championships AG	Absolute Teamsport, Bahnhofstraße 56
10:00 – 16:00	Issuing of race numbers POWERMAN Sprint, POWERMAN Classic Open race	Absolute Teamsport, Bahnhofstraße 56
16:30	Walk of Nations Meeting point: POWERMAN air archway by Absolute Teamsport	Absolute Teamsport, Bahnhofstraße 56
17:30	Elite briefing in English European Championships	Stadthalle Alsdorf
18:00	AG briefing in English European Championships	Stadthalle Alsdorf
18:30	AG briefing in German European Championships	Stadthalle Alsdorf



EWV

DEINE ENERGIE. DEINE REGION.

Du liebst deine Region

Mittendrin sind wir die Energie
für alles, was uns verbindet.

www.ewv.de



Sunday 05.05.2024

Start times Sunday	Group	Venue Alsdorf
08:00	Elite Women	Denkmalplatz
08:01	AG Para	Denkmalplatz
08:07	Elite Men	Denkmalplatz
08:45	AG Men 20-54 EC & GC	Denkmalplatz
09:15	AG Men 55-85 + AG Women EC & GC	Denkmalplatz
10:00	POWERMAN Open race	Denkmalplatz
11:30	POWERMAN Sprint Distance	Denkmalplatz
13:00	NRW Triathlon Ligen	Denkmalplatz
Cut off times		
13:50	Last bike lap	Denkmalplatz
14:30	bike	Denkmalplatz
15:30	Last run lap	Denkmalplatz

Medal Ceremony

	Group	Venue Alsdorf
16:00	Elite, EC Para, EC age group	Stadthalle Alsdorf
	DM Age group	Stadthalle Alsdorf
14:30	Powerman Sprint & Powerman Open race	Denkmalplatz

**DEXTRO
ENERGY**

Den Wettlauf ins Blut gewinnt das Liquid Gel und nicht die Banane.

Während die Banane erst vom Körper verdaut und in verwertbare Bausteine gespalten werden muss, geht das Liquid Gel von Dextro Energy besonders schnell ins Blut und gibt den Muskeln direkt neue Energie.



Nachgewiesen durch das Dextro Energy Nutrition Science Team in Zusammenarbeit mit dem Institut für Sport & Sportwissenschaften (IfSS) der Universität Freiburg.



Einfach schneller am Ziel.

Erhältlich im stationären und Online-Sportfachhandel sowie in ausgewählten Drogerien, Apotheken und Lebensmittelgeschäften.



**Alsdorf
2024**



6. COMPETITION SCHEDULE

6.1. ELITE WOMEN

DAY	START	END	ACTIVITY	LOCATION
04.05.2024	10:00	16:00	Athlete registration	Absolute Teamsport, Bahnhofstraße 56
04.05.2024	16:30	17:00	Walk of Nations	POWERMAN air archway by Absolute Teamsport
04.05.2024	17:30		Briefing necessary	Town hall
05.05.2024	7:00	7:45	TA check in	Denkmalplatz
05.05.2024	7:50		Calling area	Denkmalplatz
05.05.2024	7:55		Athletes introduction	Denkmalplatz
05.05.2024	8:00		Start	Denkmalplatz
05.05.2024	16:00		Award Ceremony	Town hall

6.2. ELITE MEN

DAY	START	END	ACTIVITY	LOCATION
04.05.2024	10:00	16:00	Athlete registration	Absolute Teamsport, Bahnhofstraße 56
04.05.2024	16:30	17:00	Walk of Nations	POWERMAN air archway by Absolute Teamsport
04.05.2024	17:30		Briefing necessary	Town hall
05.05.2024	7:00	8:00	TA check in	Denkmalplatz
05.05.2024	8:01		Calling area	Denkmalplatz
05.05.2024	8:02		Athletes introduction	Denkmalplatz
05.05.2024	8:07		Start	Denkmalplatz
05.05.2024	16:00		Award Ceremony	Town hall

6.3. COMPETITION RULES

The event will follow the latest published Competitions Rules of the World Triathlon.



VIA

Wir versichern
Liquidität

Die VIA Delcredere GmbH ist ein seit mehr als 30 Jahren erfolgreicher Fachmakler in den Bereichen Kreditversicherung, Vertrauensschadenversicherung, Kaution und Factoring. Wir bieten unseren Kunden aus Industrie und Handel eine unabhängige Beratung und Begleitung vor, während und nach Vertragsabschluss.

Unsere Leistungen

Kreditversicherung

Factoring

Bürgschaften

Vertrauensschadenversicherung

Insolvenzanfechtung

Bonitätsauskünfte

Inkasso

Leasing und Mietkauf

VIA Delcredere GmbH
Hauptstraße 6
50181 Bedburg

www.viadelcredere.de
info@viadelcredere.de
02272 919 85 - 0



Für unsere Kitas brauchen wir Powermen & Powerwomen

Gestalten Sie mit uns die Zukunft!

Verstärken Sie unsere Kitas in Baesweiler, Monschau, Roetgen und Simmerath!

Für Sie von uns ...

- ♥ Zusatzversorgung
- ♥ Jobticket
- ♥ E-Bike-Leasing
- ♥ Entgeltanreizsystem
- ♥ Kündigungsschutz



Unbefristeter Arbeitsvertrag

Wir gestalten Zukunft!
www.staedteregion-aachen.de





Holland

Lecker leben

MONTAG - SAMSTAG: 7 - 21 UHR



FRISCH
VERLIEBT
in Alsdorf

ESCHWEILER STRASSE 2A
52477 ALSDORF-MARIADORF

FON 02404.9579700



Holland

Lecker leben

Sorgen, versorgen, versichern!

& LEUFGENS LEUFGENS

VERSICHERUNGSMAKLER

*Als Makler arbeiten wir unabhängig von Versicherungsgesellschaften.
Wir vermitteln Ihnen kostenlos den optimalen Versicherungsschutz.*

Unsere Partner sind u.a.:



Da dürfte für jeden etwas dabei sein....

Leufgens & Leufgens

Am Langen Pfädchen 11 • 52477 Alsdorf

Tel. : 02404 / 676742 • Mobil : 0160 / 7418395

**E-Mail: guido.leufgens@t-online.de
www.leufgens-versicherungen.de**



SPORT
2000

ABSOLUTE TEAMSPORT RAUSCHEID

Die Lauf-Experten direkt in Ihrer Nähe....

- Laufbandanalyse vor Ort möglich
- Beratung von erfahrenen Läufern
- viele führende Hersteller im Sortiment
- große Auswahl an aktuellen Modellen

Frank Rauscheid

Bahnhofstrasse 56
52477 Aisdorf

Tel. 02404 - 97 99 811
Tel. 02404 - 67 77 661

Öffnungszeiten:

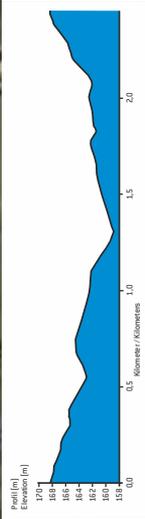
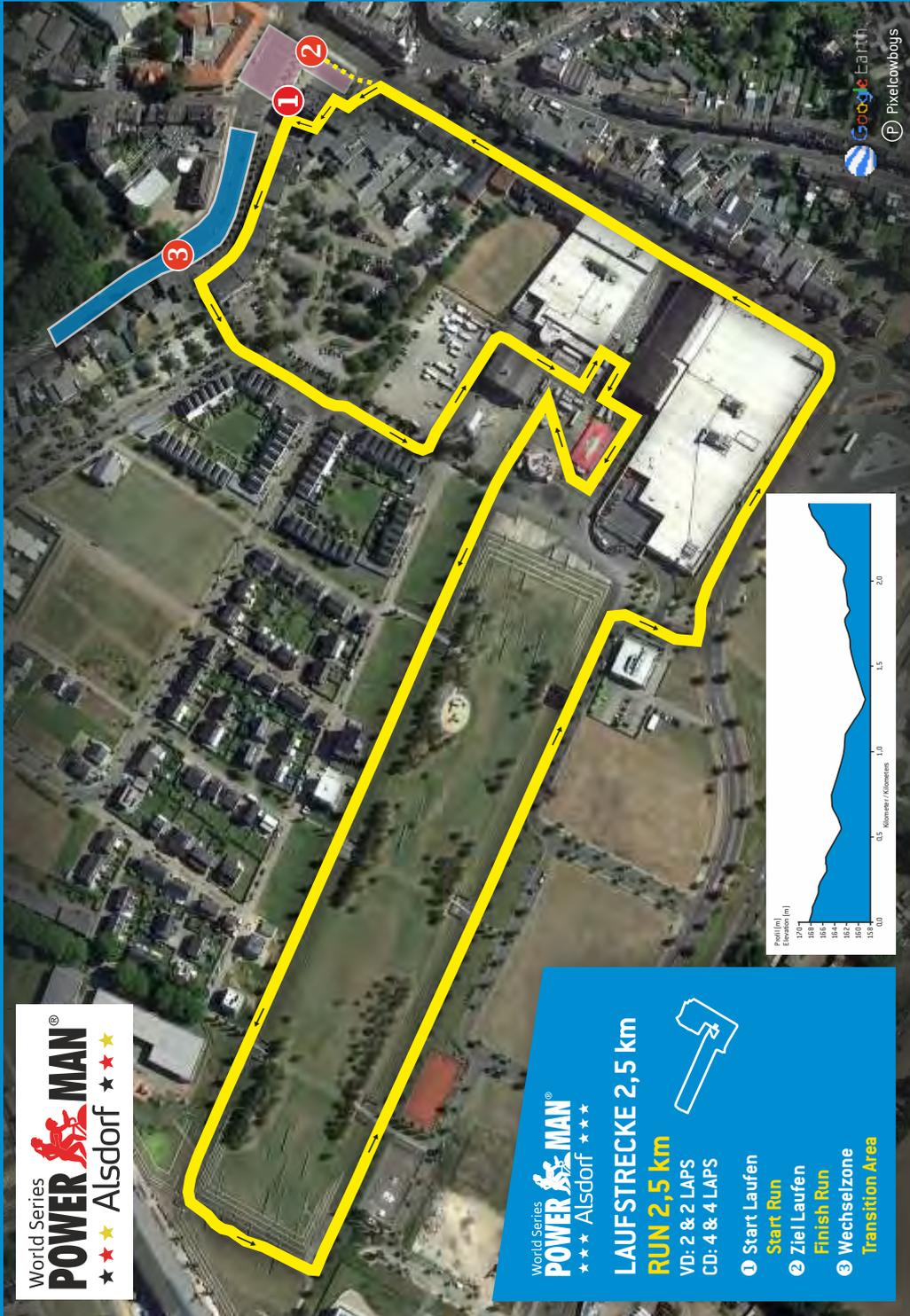
Montag-Freitag
09:00 - 18:30 Uhr
durchgehend geöffnet

Samstag
09:00 - 14:00 Uhr

✉ aisdorf@absolute-teamsport-rauscheid.de
absolute-teamsport-rauscheid.de

SPORTSFREUND





World Series
POWER MAN[®]
 ★ ★ ★ Alsdorf ★ ★ ★

LAUFSTRECKE 2,5 km
RUN 2,5 km

VD: 2 & 2 LAPS
 CD: 4 & 4 LAPS



- 1 Start Laufen
- Start Run
- 2 Ziel Laufen
- Finish Run
- 3 Wechsellzone
- Transition Area

Universal
POLYTHEX

the fast extrusion company

**Ein führender Hersteller thermoplastischer
Halbzeuge im Herzen Europas.**



Seit 1998 erfüllen wir europaweit die Kundenwünsche der Kunststoffbranche! Unsere Einzigartigkeit zeichnet sich durch hochwertige Erzeugnisse und Flexibilität aus.

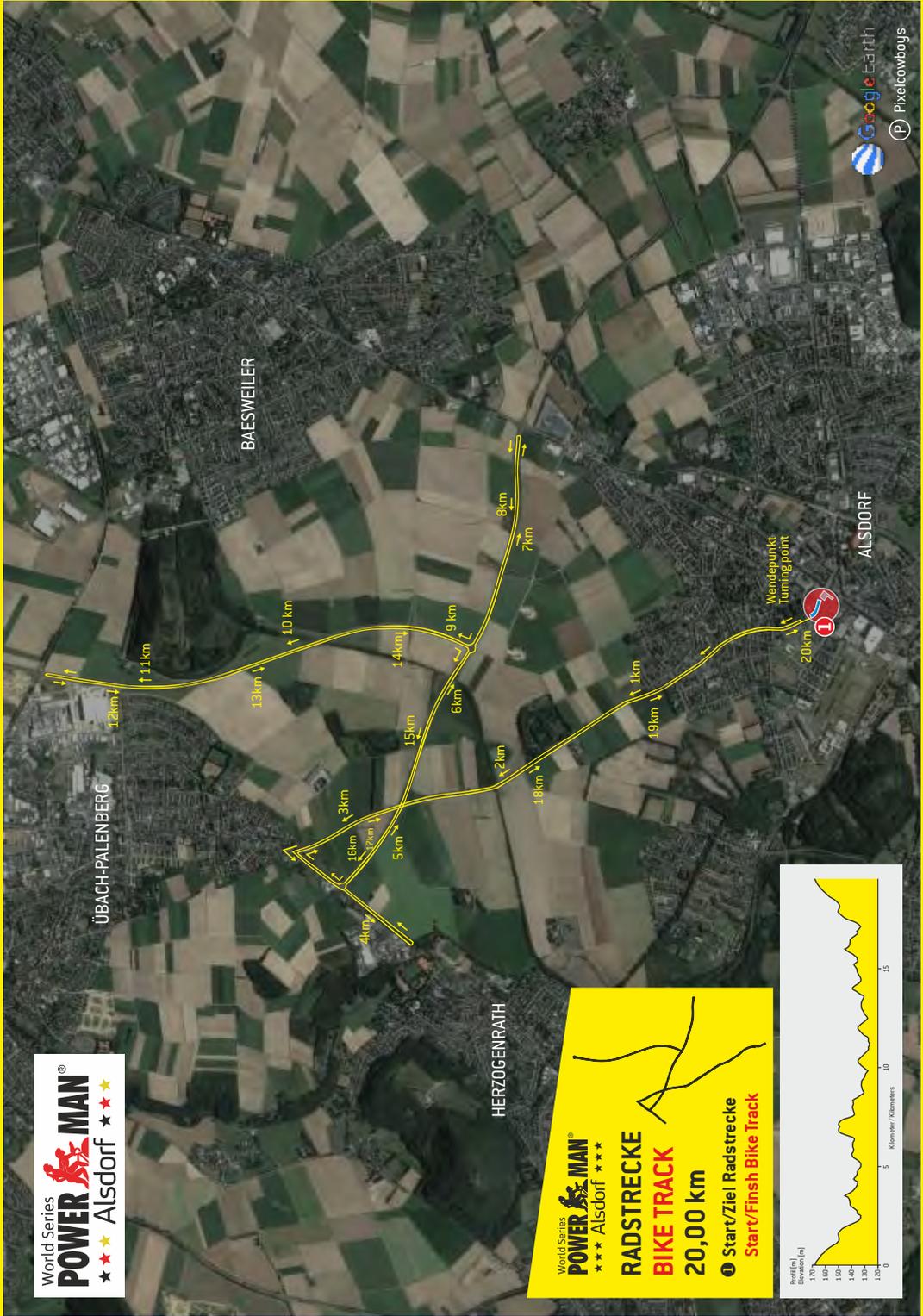
Mit einem der modernsten Maschinenparks unserer Branche und einem jährlichen Produktionsvolumen von bis zu 30.000 Tonnen sind wir ein führender Extrusionspartner.

 + 49 (0) 2451 484 55 0

 info@universal-polythex.de

 www.universal-polythex.de

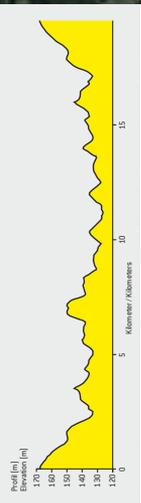
 Friedrich-Ebert-Straße 15
52531 Übach-Palenberg



World Series
POWER MAN[®]
 ★★ ★★ ★★
 Alsdorf

RADSTRECKE
BIKE TRACK
20,00 km

📍 Start / Ziel Radstrecke
Start / Finish Bike Track



COOL VIBES ONLY

NUR IM KÜHLREGAL



vegan





- 1 Check In
- 2 Ein/Ausgang Laufstrecke
Entrance/Exit Run Track
- 2a Ausgang Laufstrecke Para Athleten
Exit Run Para athletes
- 3 Check Out
- 4 Ein/Ausgang Radstrecke
Entrance/Exit Run Track
- 5 Start
- 6 Verpflegungszone /Aid Station
Ziel, Erholungs- und Verpflegungszone
Finish Area
- 8 Aussteller, Gastronomie, Besucherzone
Expo, Catering Zone, Visitor Area
- 9 Siegerehrung und Toiletten
Award ceremony, Toilets
- 10 Umkleide und Duschen / Locker Room
Wechselzone Elite + Para /Transition area
- 12 Wechselzone/transition area AG European championship
- 13 Wechselzone/transition area AG German championship
- 14 Wechselzone/transition area Open race/Team relay
- 15 Wechselzone/transition area Sprint distance





ZUSAMMEN SCHMECKT ES AM BESTEN.

Teile Genussmomente mit deinen
Liebsten im ZWEI BRÜDER Restaurant.



Öffnungszeiten:
Mo. - Fr.: ab 15:00 Uhr
Sa.: ab 14:00 Uhr
So.: ab 12:00 Uhr

**JETZT
RESERVIEREN**

ATB

Transporte und Baustoffhandel

ELFRIEBA Elektrotechnik
Elektrotechnikermeister
Friedhelm Barth
Jülicher Str. 142
52477 Alsdorf
Tel.: 02404-9579960



UST.-ID DE28071729
E-Mail: friedhelm-barth@t-online.de

sanotact®



Lade deinen Elektrolythaushalt schnell wieder auf – mit sanotact® Elektrolyte Aktiv!

- ✓ zuckerfrei
- ✓ kalorienfrei
- ✓ gluten- und laktosefrei
- ✓ vegan



Mehr Informationen zum Produkt



sanotact_de



sanotact_de

sanotact.de

BOCK AUF ALS DORF



Willkommen in der Freizeit-Stadt Alsdorf

Eine Gemeinschaftsaktion von



FEIERN. TAGEN. ERLEBEN



ENERGETICON



Aktionsgemeinschaft
Stadtmarketing
Alsdorf e.V.

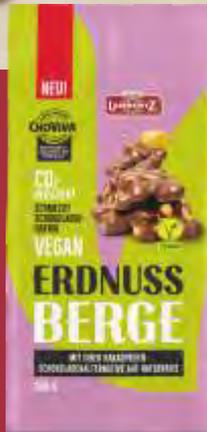




POWER & Passion

Der perfekte Energie-Schub für jede Etappe

Mit pflanzlichen
Proteinen und
Ballaststoffen



IQ COOKIE
erhältlich ab 2025



Schokoladiger
Nussgeschmack
auf Naturbasis



- Schokoladenartiger Geschmack
- 100% natürliche Zutaten
- Bis zu 30% weniger Zucker
- Bis zu 90% weniger Co2
- Bis zu 94% weniger Wasserverbrauch
- Nachhaltig aus der Region