

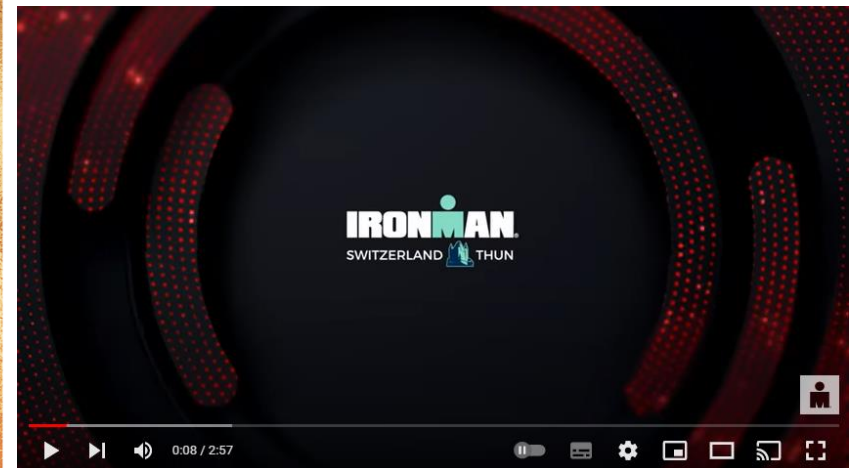


IRONMAN.
SWITZERLAND THUN

EMOTIONS ARE
BACK IN THUN

9 JULY 2023

GET IN THE VIBE WITH 2022 HIGHLIGHTS



Spectator & Activity Guide



future of mobility



DISCOVER VF 8 AND VF 9,
COMING TO THE US, EUROPE
AND CANADA IN Q4 2022
www.vinfastauto.us

ZEITPLAN

FREITAG 07. JULI 2023

ZEIT	BESCHREIBUNG	ORT
10 – 18 Uhr	Registrierung (Bib collection)	KKThun
10 – 18 Uhr	IRONMAN Shop	KKThun
10 – 18 Uhr	IRONMAN Expo	KKThun
10 – 18 Uhr	Infostelle	Finish Area
10 – 18 Uhr	Fahrradmechaniker-Service	Expo
10 – 21 Uhr	Food Village	Finish Area

SAMSTAG 08. JULI 2023

ZEIT	BESCHREIBUNG	ORT
10 – 18 Uhr	IRONMAN Shop	KKThun
10 – 18 Uhr	IRONMAN EXPO	KKThun
10 – 18 Uhr	Infostelle	Finish Area
10 – 17 Uhr	Registrierung (Bib collection)	KKThun

ZEIT	BESCHREIBUNG	ORT
12 – 18 Uhr	IRONMAN Bike Check-in	Transition area
10 – 18 Uhr	Fahrradmechaniker-Service	Expo
10 – 21 Uhr	Food Village	Finish Area
13.30 - 15 Uhr	Race updates und Q&A Session	Finish Area
anschliessend	Interview mit Jan Van Berkel	Finish Area
anschliessend	Podiumsdiskussion mit Sandrine Benz	Finish Area
Ganzer Tag	Freier Eintritt ins Strandbad für Athleten	Swim Start

SONNTAG 09. JULI 2023

ZEIT	BESCHREIBUNG	ORT
05 - 24 Uhr	Infostelle	Finish Area
05 - 6.30 Uhr	Öffnung Wechselzone für Athleten	Transition area
05 - 6.30 Uhr	Fahrradmechaniker-Service	Transition area
06.30 Uhr	START Professional Men	Start Area
06.40 Uhr	START Age Grouper	Start Area

ZEITPLAN

ZEIT	BESCHREIBUNG	ORT
10 – 18 Uhr	IRONMAN Shop	KKThun
10 – 18 Uhr	IRONMAN EXPO	KKThun
10 – 24 Uhr	Food Village	Finish Area
13.30 Uhr	Warm-Up Finish Line	Finish Area
ca. 14.15 Uhr	Zieleinlauf IRONMAN Switzerland Thun	Finish Area
18 – 01 Uhr	IRONMAN Bike Check-out	Finish Area
24 Uhr	Offizieller Rennschluss	

MONTAG 10. JULI 2023

ZEIT	BESCHREIBUNG	ORT
09 – 01 Uhr	Infostelle	Finish Area
10.30 Uhr	Siegerehrung IRONMAN Switzerland Thun	Finish Area
anschliessend	Slotvergabe IRONMAN World Championship	Finish Area

EVENT GELÄNDE



Schloss Thun

Das mittelalterliche Schloss über der Stadt Thun ist ein markanter Blickfang am Tor zum Berner Oberland. Von seinen Türmen bietet sich eine unvergleichliche Sicht auf Berge, Stadt und See. Seit 2018 lädt die neue Dauerausstellung von Schloss Thun zu einem spannenden Rundgang durch 800 Jahre Geschichte ein. Nicht nur der Rittersaal aus dem Jahr 1200, sondern auch der Dachstuhl von 1434 sind dabei Highlights der besonderen Art. Kinder dürfen sich verkleiden, um Ritter und Prinzessin zu spielen oder auf dem Entdeckerrundgang als Detektive Rätsel lösen. Mehr Informationen findest du [hier](#).

Den Weg dahin findest du hier:

30 Minuten zu Fuss vom Eventgelände



Thunersee Schlösser

Neben dem Schloss Thun thronen weitere vier Schlösser am kristallklaren Wasser des Thunersees: Schloss Schadau, Schloss Hünegg, Schloss Oberhofen und Schloss Spiez. Jedes Schloss ist einzigartig. Es gibt romantische Märchenschlösser und massive Türme, sogenannte Bergfriede. Ein Spaziergang durch die wunderschönen Schlossgärten versetzt den Besucher zurück in vergangene Zeiten.

www.thunerseeschloesser.ch

Den Weg dahin findest du hier:

13 Minuten zu Fuss vom Eventgelände



Altstadtführung

Entdecke die Thuner Altstadt mit den speziellen Hochtrottoirs und erfahre von der spannenden Stadtgeschichte auf einem geführten Rundgang durch Thun.

Preis: CHF 15.00 / Person

Treffpunkt: Welcome-Center Thun beim Bahnhof.

Im Welcome-Center Thun oder unter

www.thunersee.ch/stadtfuehrungen können weitere geführte Themenführungen gebucht werden.

Thun-Thunersee Tourismus, Seestrasse 2, CH-3600 Thun

Tel. +41 33 225 90 00

<https://www.thunersee.ch>

**Den Weg dahin findest du hier:
27 Minuten zu Fuss vom Eventgelände**



Historischer Rundweg

In Thun erwarten dich 28 einheitlich beschilderte, historische Bauten in der Innenstadt. Unternimm einen individuellen Stadtrundgang und begib dich mit der mehrsprachigen Informationsbroschüre zu den verschiedenen Gebäuden. Erfahre dabei viel Spannendes zu der Geschichte der Stadt und der verschiedenen Bauwerke.

Der Rundgang dauert ca. 1 ½ Stunden.

Hol dir die Broschüre zu den historischen Bauten im Welcome-Center Thun und informiere dich gleich [hier](#).

**Das Welcome-Center findest du hier:
21 Minuten zu Fuss vom Eventgelände**

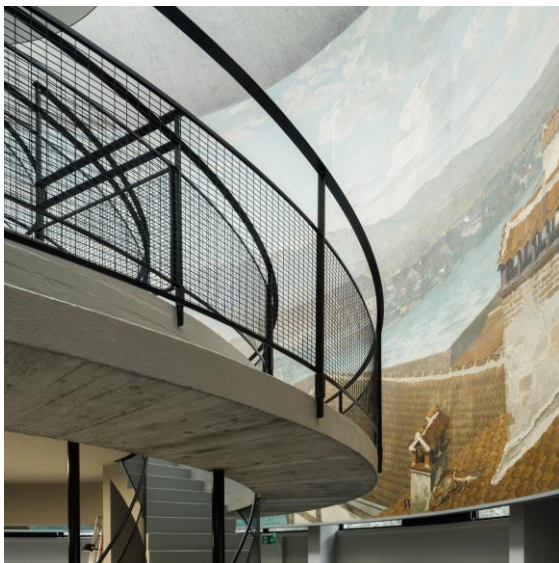


Thun-Panorama

Relaxen mit Panoramablick

Im Schadaupark befindet sich das älteste noch erhaltene Rundpanorama der Welt. Das vom Basler Kleinmeister Marquard Woher in den Jahren 1809 bis 1814 geschaffene Panorama schafft Einblick in das bürgerliche Leben der Stadt Thun sowie Ausblick auf die grossartige Kulisse der Berner Alpen im Hintergrund. Informationen rund ums Thun Panorama gibt es hier.

Den Weg dahin findest du hier:
7 Minuten zu Fuss vom Eventgelände



STI

Bike-Shuttle

Tickets online erhältlich

Einfache Anreise zum Goldiwheel- oder
Rabenfluh-Trail



bike-shuttle.ch



Kunstmuseum

Das Kunstmuseum Thun präsentiert in jährlich drei bis vier Wechselausstellungen vorwiegend zeitgenössische Kunst. Neben thematisch und monografisch ausgerichteten Sonderausstellungen wird pro Jahr eine Sammlungsausstellung eingerichtet, die einen Teil der reichen Bestände unter einem besonderen Blickwinkel präsentiert. Die Kunstvermittlung hat im Museum ihren festen Platz: Generationenübergreifend unterstützt sie ein breites Angebot bei der Entzifferung der Sprache der Kunst und lässt Raum für eigene Deutungen.

**Den Weg dahin findest du hier:
7 Minuten zu Fuss vom Eventgelände**



EVENT GELÄNDE

IRONMAN Switzerland Merchandise Store

Tolle Ausrüstung findest du im IRONMAN Switzerland FanShop in der Expo.

Die Öffnungszeiten von Freitag bis Sonntag sind im Zeitplan angegeben.

IRONMAN Switzerland Expo

Die neueste Triathlonausrüstung erwartet dich auf der IRONMAN Switzerland Thun Expo. Die Öffnungszeiten von Freitag bis Sonntag sind im Zeitplan angegeben.

IRONMAN Switzerland Infostelle

Die Infostelle befindet sich im Food Village und beantwortet gerne deine Fragen.

Die Öffnungszeiten sind im Zeitplan angegeben.

Darüber hinaus ist die Infostelle während der Rennwoche über WhatsApp erreichbar.



WhatsApp-Nummer: +41 79 870 23 80

Bitte beachtet, dass es sich hierbei um eine bargeldlose Veranstaltung handelt. WIR AKZEPTIEREN NUR KARTENZAHLUNGEN.

PARKING UND SHUTTLE

Das Eventgelände befindet sich rund um das Lachen-Stadion (Gwattstrasse, 3604 Thun). Wenn immer möglich empfehlen wir die Anreise mit dem öffentlichen Verkehr.

Mit dem Zug

Vom Bahnhof Thun gelangst du mit dem Bus (Linie 1) direkt zum Eventgelände. Die Haltestelle heisst Thun, KK Thun. Um die genauen Zugverbindungen einzusehen und um Tickets zu kaufen, kannst du www.sbb.ch besuchen.

Parking

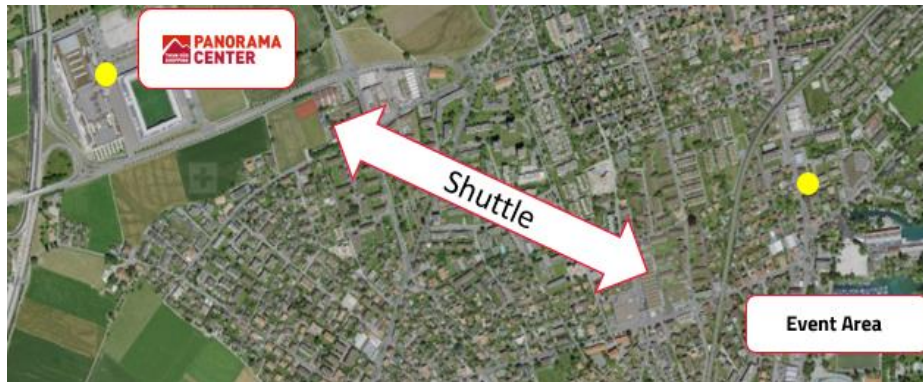
Freitag und Samstag

An diesen Tagen kann in den Parkhäusern West Aarestrasse und Nord Grabengut zu den normalen Tarifen parkiert werden. Der Fussweg zum Eventgelände dauert ca. 30 Minuten. Bei Benützung der Buslinie 1 des STI kann die Laufzeit auch verkürzt werden. Die Linie 1 fährt ab dem Bahnhof Thun alle 10-15 Minuten zum KK Thun, die Fahrtzeit beträgt 4 Minuten.



PARKING UND SHUTTLE

Am Sonntag ist das Parkhaus des Panorama Centers (Einkaufszentrum, Weststr. 14, 3604 Thun) von 4.00 Uhr bis Montag 02.00 Uhr geöffnet. Die Tagesgebühr beträgt pauschal CHF 10.00. Die Bezahlung erfolgt am Kassenautomaten. Am Renntag wird ein kostenloser Shuttle-Service (von 04:30 Uhr bis Montag 00:30 Uhr) vom Parkplatz zum Veranstaltungsgelände und zurück eingerichtet. Bitte beachte, dass Fahrräder im Shuttle-Bus nicht erlaubt sind. Für die Athleten, die im Deltapark übernachten, haben wir zwei zusätzliche Shuttle-Busse (STI) am Sonntagmorgen organisiert: 04h50 und 05h05.



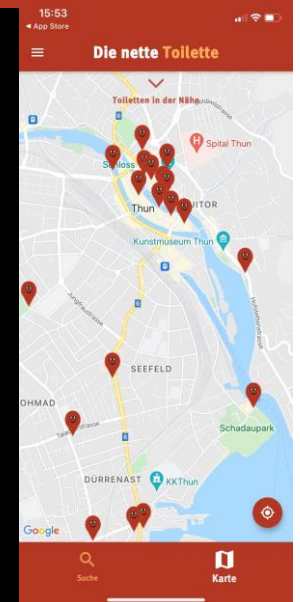
TOILETTEN IN THUN

In Thun gibt es nur wenige öffentliche Toiletten, aber die Stadtverwaltung hat eine Vereinbarung mit mehreren Restaurants und anderen öffentlichen Orten getroffen, wo die Toiletten kostenlos benutzt werden können.

→ "Die nette Toilette" gib es auch als App welche im Google Play oder iTunes Store zu finden ist

→ Link zur App
[Die nette Toilette App \(die-nette-toilette.de\)](https://www.die-nette-toilette.de)

→ Geben Sie **Thun** als Namen ein oder wählen Sie die Toilette in Ihrer Nähe auf der Karte.



PanoramaCard Thunersee

Erlebnisreiche Ausflugsziele mit attraktiven Vergünstigungen und freie Fahrt mit STI Bus und PostAuto

Als Gast in der Region Thunersee profitierst du von den vielen Vorteilen der PanoramaCard Thunersee. Nutze beispielsweise die freie Fahrt mit dem STI Bus auf dem gesamten Streckennetz oder mit dem PostAuto im Raum Spiez-Aeschi, um unkompliziert die wunderschöne Landschaft rund um den tiefblauen Thunersee zu erkunden. Mit der PanoramaCard Thunersee erhältst du interessante Ermässigungen bei diversen Ausflugszielen. Viel Spass beim Erkunden der Region Thunersee!

[Webseite PanoramaCard](#)



[Linienplan](#)



Code: IronmanVolunteer2023

Availability: 6th of July, 00:01am – 10th of July, 11:59pm

The code is for one time 120 minutes per user.

To the app:

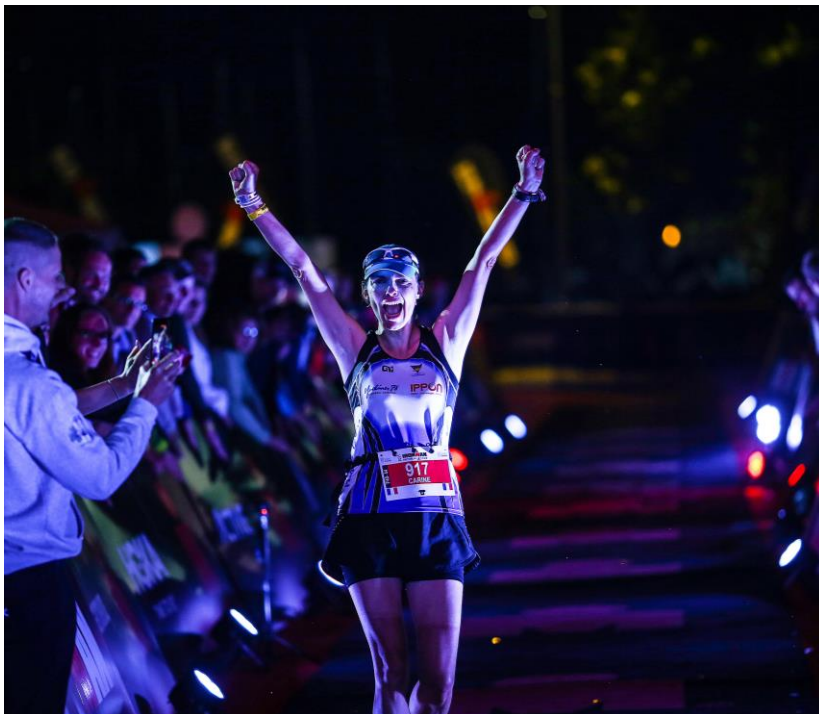


Finish Line Party

FEIER DIE LETZTEN ATHLETEN MIT UNS !

Schließe dich uns an für die "Heroes Hours" an der Ziellinie und komm mit uns, um die Ankunft der letzten Athleten zu feiern.

Ab 22 Uhr bis Mitternacht!



An advertisement for Ultrasun Professional Protection SPF 50+ sunscreen. The background features a woman in a black athletic outfit running up a set of stairs, with a "MADE IN SWITZERLAND" logo in the top left corner. In the foreground, three Ultrasun products are displayed: a box of "Sports SPF 50+ Transparentes Sonnenschutz-Spray", a bottle of "Sports SPF 50+ Transparent sun protection spray", and a bottle of "Sports SPF 50+ Transparentes Sonnenschutz-Gel". The Ultrasun logo is prominently displayed in the center. Below the products, the text "Dermatologischer Sonnenschutz OHNE Kompromisse" is written. At the bottom, there are several icons and text blocks: "FULL SUN SPECTRUM Technology" (UVB, UVA, Blue Light, Infrared), "Hohe Verträglichkeit" (Ultrasun is free of: artificial fragrances, silicones, mineral oils, PEG- / FPG- emulsifiers, irritating or comedogenic fillers, aluminum compounds and cosmetic preservatives), "Leicht Angenehm leichtes Hautgefühl" (with a circular icon), and "Erhältlich in Ihrer Apotheke" (with a green cross icon). The bottom right corner also mentions "ADVANCED SWISS SUNCARE Made in Switzerland".

Der Niesen



Die Schweizer Pyramide

Der Niesen ist bekannt als attraktiver Ausflugs-, Kultur- und Sportberg am Thunersee. Nach der historischen Bergfahrt bietet die Aussichtsplattform auf 2'362 m ü. M. ein 360-Grad-Panorama von den Berner Alpen, über das Berner Mittelland, das Emmental bis zum Jura. Auf der Spitze der Niesen-Pyramide gilt: zurücklehnen und geniessen.

Mehr Informationen dazu gibt es [hier](#).

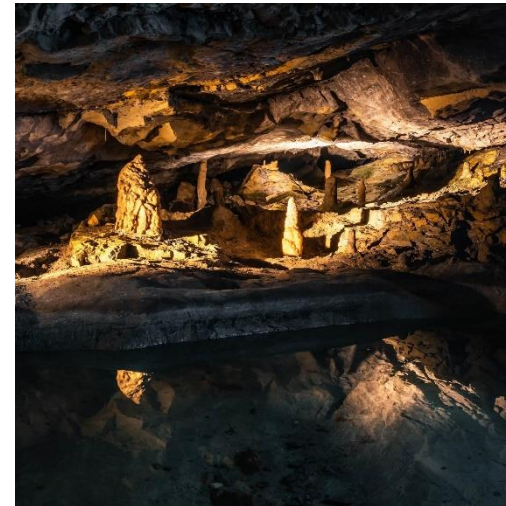
Lassen Sie sich vor oder nach dem IRONMAN im [Berghaus Niesen Kulm](#) aus vorwiegend regionalen und saisonalen Gerichten kulinarisch verwöhnen.



St. Beatus Höhlen

Begib dich auf Entdeckungsreise in die zauberhafte Wasser- und Steinwelt der St. Beatus-Höhlen. Die beeindruckenden Tropfsteinformationen sowie die einzigartigen Formen und Farben der Stalagmiten sowie Stalaktiten werden dich faszinieren. Lausche dem Rauschen und Tropfen des sprudelnden Wassers.

Für mehr Informationen klicke [hier](#).



Schiffahrt

Der Fahrplan findest du [hier](#).

Am nördlichen Alpenrand zwischen den Berner Oberländer Städten Thun und Interlaken liegt der tiefblaue Thunersee, eingebettet in die imposante Bergkulisse. Eine Schiffahrt auf dem Thunersee ist Erlebnis und Entspannung zugleich: Während man an Bord eines Schiffs eine gepflegte Mahlzeit, ein Glas Wein oder auch nur den Sonnenschein an Deck genießt, gleitet der Blick über die lieblichen Ufer mit den romantischen Dörfern, den prächtigen historischen Schlössern bis hinauf zu den Gipfeln von Eiger, Mönch und Jungfrau. Weitere Informationen sind [hier](#) ersichtlich.



Niederhorn



Sichere dir deinen Logenplatz mit Blick auf Eiger, Mönch und Jungfrau. Auf 1950 m ü. M. besticht das Niederhorn mit einem atemberaubenden Panorama auf die umliegende Bergwelt sowie auf den tiefblauen Thunersee. Entfliehe dem Alltag und sichere dir deinen Logenplatz weit oberhalb der Nebelgrenze. Erlebe Action auf der Talfahrt mit dem Trotti-Bike oder abwechslungsreiche Wanderungen durch die eindrucksvolle Naturlandschaft. Mehr Informationen findest du [hier](#).



Shopping in der Thuner Innenstadt

Einkaufen in der Thuner Innenstadt ist ein tolles Erlebnis. Traditionelle, innovative und familiäre Geschäfte bieten dir Qualitätsware. Schlendere durch die Einkaufsmeile Bälliz oder überquere die Aare und besuche die Geschäfte in der Oberen Hauptgasse mit den berühmten Hochtrottoirs.

Beachte die Öffnungszeiten der Geschäfte, sonntags sind die Meisten geschlossen.

[Hier](#) findest du viele Spezialitäten und Souvenirs aus Thun.



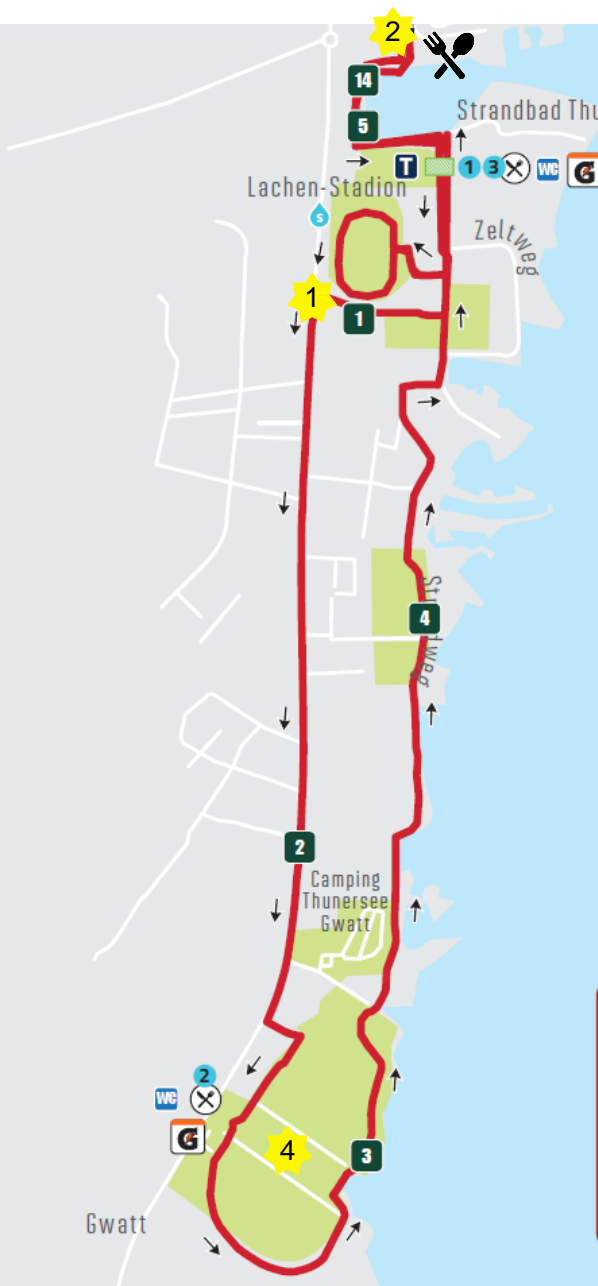
Märkte in Thun

Zeiten:

- Mittwoch und Samstag Wochenmarkt im Bälliz
7.00 – 18.30 Uhr, samstags bis 17.00 Uhr
- Donnerstag Abendmarkt mit biologischen Frischprodukten von 16.00 bis 19.00 Uhr auf dem Waisenhausplatz
- Samstag Frischproduktemarkt auf dem Rathausplatz
8.00 - 12.00 Uhr

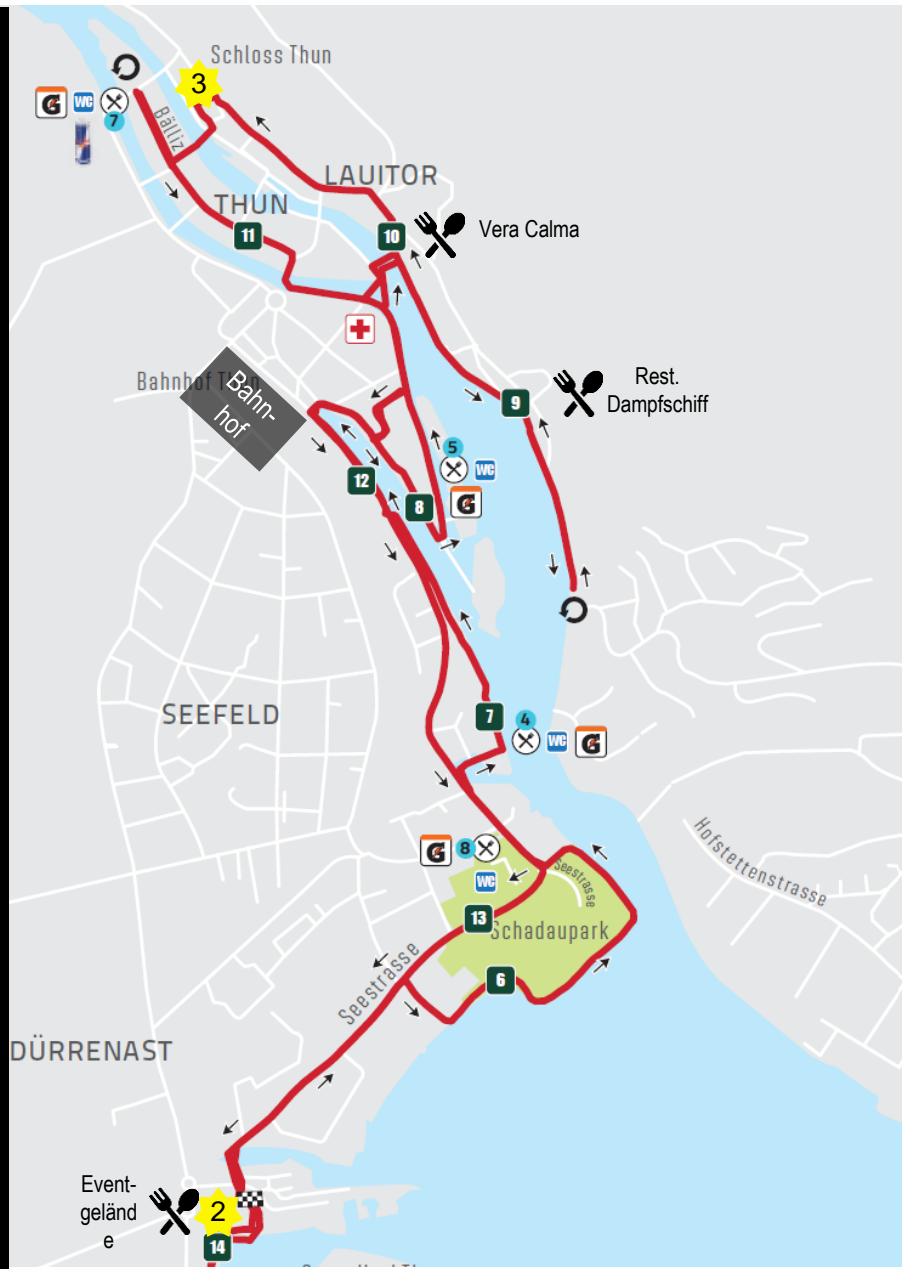
Thun ist eine Marktstadt mit langer Tradition. Auch heute finden noch mehrere wöchentliche Märkte statt. [Hier](#) findest du mehr Information





Standorte Hotspots
Stadt Thun

Spots

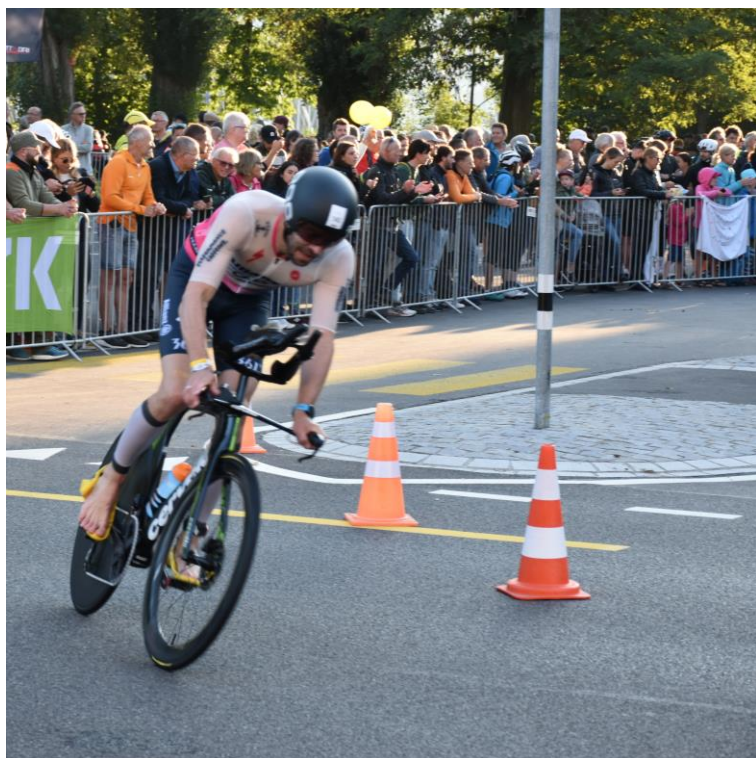


Wendepunkt Thun

1

Direkt am Veranstaltungsort können Sie die Athlet:innen feiern, wenn sie ihre zweite Runde beginnen. Der Wendepunkt befindet sich bei 90 km der Radstrecke.

ca. 08:00 – 13:00



Event Gelände & Finish Line

2

Wenn Sie sich nur am Veranstaltungsort aufhalten, werden Sie Ihren Athlet:innen sechs Mal vorbeilaufen sehen. Verpassen Sie aber nicht den Besuch des Übergangs aus der Wechselzone neben dem Eingang des Strandbads, damit Sie Ihre:n Athleten:in auch beim Start der Laufstrecke sehen können.



Hotspot auf dem Rathausplatz

3

Am Tag des Rennens verwandelt sich der Rathausplatz in eine IRONMAN-Arena

- Simplyfine: Ladenlokal und Terrasse geöffnet
- Bistro-Bar Ratsstübli: Bistro und Terrasse mit Grillstand
- Atelier Classic Bar: Terrasse geöffnet
- SteelBand von 15.00 bis 18.00 Uhr [Mehr Infos](#)
- DJ + Speaker
- Grosser Bildschirm mit Livestream

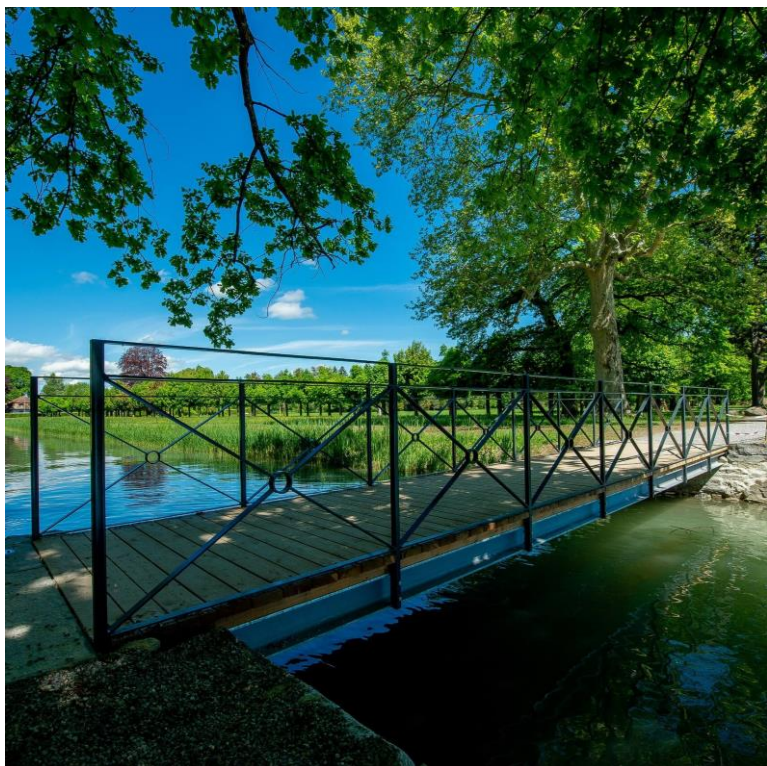


Bonstettenpark

4

Im schönen Bonstettenpark können Sie die IRONMAN Athleten:innen anfeuern und die musikalische Darbietung der Gugge s'Zähni genießen.

ca. 13:00 – 18:30



HAVE A GREAT RACE DAY

