



Voorwoord

Beste triatleet,

Welkom bij de 11^e editie van de De Haere Triatlon Vroomshoop die wordt gehouden op zaterdag 7 september!

In deze deelnemersinformatie vind je de belangrijkste zaken met betrekking tot jouw deelname aan deze triatlon. We willen je verzoeken deze informatie goed door te nemen. De informatie is ook terug te vinden op onze website www.dehaeretriatlonvroomshoop.nl.

We wensen je veel succes en plezier!

Met vriendelijke groet namens de organisatie,

Mark Jesse

Voorzitter De Haere Triatlon Vroomshoop



Algemeen

- Op deze wedstrijd zijn de reglementen van de NTB van toepassing. Deze zijn te vinden op de website van de Nederlandse Triathlon Bond (www.triathlonbond.nl).
- De juryleden van de NTB houden deze reglementen in acht. Bij niet naleven, kan diskwalificatie volgen.
- Deelname aan de triatlon is volledig op eigen risico. Volg tijdens de triatlon de aanwijzingen van de organisatie op.
- De organisatie kan wegens veiligheidsredenen besluiten om de wedstrijd tijdens of voor de wedstrijd af te lasten of uit te stellen. Bij een volledige afgelasting krijgt elke deelnemer zo spoedig mogelijk een e-mail.
- Er is een beperkte douchegelegenheid bij zwembad De Zandstuve.

Mylaps

- Tijdens deze triatlon wordt er gewerkt met het tijdregistratiesysteem van Mylaps.
- Alleen het gele en groene chipsysteem van Mylaps kan worden gebruikt.
- Voor een goede tijdwaarneming is het belangrijk dat de chip aan het linkerbeen maximaal ter hoogte van de enkel wordt bevestigd met behulp van een enkelbandje. Ook tijdens het zwemmen dient deze chip te worden gedragen. Wanneer je een chip huurt, wordt dit enkelbandje door de organisatie verstrekt.
- Voor de teams geldt dat bij het wisselen de chip dient te worden overgedragen van de zwemmer naar de fietser en daarna weer van de fietser naar de loper (teams hebben dus maar één chip nodig). De plaatsen waar je kunt wisselen, zijn aangegeven in de wisselzone.
- Direct na het finishen, dien je de huurchip en het enkelbandje te deponeren in de daarvoor bestemde verzamelbak. Deze verzamelbak staat vlakbij de uitgang van het afgesloten finishgedeelte.
Indien je de chip niet inlevert voor 15 oktober 2019 machtig je hierbij de organisatie van de Triatlon Vroomshoop om eenmalig € 28,= van je rekening af te schrijven en daarna is de chip jouw eigendom.

Wedstrijdschema

In het bijgevoegde meldschema kun je de meld- en starttijden vinden. De starttijden worden exact aangehouden.

Het inschrijfbureau is geopend vanaf 08:30uur; de wisselzone is open vanaf 8:30uur.

Serie	Startgroep	Uiterste meldtijd inschrijving voor	Uiterste meldtijd fietscontrole voor	Starttijd
1	Halve triatlon	08:45	09:15	09:45
2	Halve triatlon	10:00	10:30	11:00
3	1 ^e Divisie Team sprint heren	11:15*	11:45	12:15
4	1 ^e Divisie Team sprint dames	12:00*	12:30	13:00
5	1/4e individueel	13:00	13:30	14:00
6	1/4e individueel	13:45	14:15	14:45
7	1/8 individueel	14:30	15:00	15:30
8	1/8 ^e individueel + teams	14:55	15:25	15:55
9	1/8 ^e individueel	15:20	15:55	16:20
10	1/16 ^e individueel	15:45	16:15	16:45
11	Jeugd kort	16:15	16:45	17:15
12	Jeugd trio	16:25	16:55	17:25

In de week voor de triatlon ontvang je een mail met de definitieve indeling, startnummers en startserie.

*Voor de 1e Divisie atleten wordt een uiterste meldtijd bij de inschrijving en de fietscontrole van een uur, respectievelijk een half uur voor de start van je eigen team aangehouden.



DE ZANDSTUVE
FEESTEN | ONTMOETEN



Aanmelden

- De startbenodigdheden kun je op 7 september ophalen bij het inschrijfbureau in het ijsbaangebouw nabij het zwembad en wisselzone. Meldtijden staan in dit document vermeld.
- Parkeergelegenheid is er nabij het sportpark aan de Flierdijk 5 in Vroomshoop. Parkeren is alleen toegestaan op de aangegeven plaatsen. Volg vanaf de parkeergelegenheid de borden richting het inschrijfbureau. De afstand is ongeveer 700 meter. Er zijn parkeerwachten aanwezig voor het beantwoorden van vragen. Volg hun instructies op.
- Vanaf de parkeerplaats aan de Flierdijk word je naar de wisselzone geleid (afstand circa 700 meter). De route loopt een stukje door het bos. De organisatie zorgt ervoor dat er tapijt ligt waarover je je fiets kunt vervoeren.
- Graag het inschrijfbewijs (via de e-mail ontvangen bij inschrijving) meenemen. Wanneer je het inschrijfbewijs niet meer hebt en je staat wel op de deelnemerslijst dan dien je je te legitimeren. De deelnemerslijst is te vinden op www.dehaeretriatlonvroomshoop.nl.
- Indien je lid van de NTB bent dan dient bij de inschrijving het licentiebewijs getoond te worden.
- Het startnummer dient bij het fietsen op je rug en bij het lopen op je buik gedragen te worden.

Wisselzone

- De wisselzone is bij het zwembad De Zandstuve in Vroomshoop. De wisselzone is niet per auto bereikbaar.
- In de wisselzone wordt je fiets gestald en kun je je fiets- en loopspullen in een kratje neerleggen. De wisselzone wordt bewaakt tot 18.30 uur.
- Bij de ingang van de wisselzone is de verplichte technische fiets- en helmkeuring. De fiets moet goedwerkende remmen hebben en de uiteinden van het stuur moeten dicht zijn. De helm en fiets dienen in goede staat te zijn.
- De fiets moet voorzien zijn van de fietssticker en de helm van een helmsticker (zitten in de deelnemersenvelop).
- **Toegang tot de wisselzone is uitsluitend mogelijk met een startnummer of een polsbandje.**
- Je fiets kan alleen op vertoon van je startnummer uit de wisselzone worden gehaald.
- De wisselzone is open vanaf 09:00uur.

Begeleiding door ouders/verzorgers jeugd tm 10+

- Er wordt van uit gegaan dat de jeugd zelfstandig de triatlon kan volbrengen.
- De jeugd tot 12 jaar mag hulp krijgen bij het klaarmaken van hun plekje in de wisselzone en tijdens het wisselen.
- 1 ouder/begeleider krijgt van de organisatie een polsbandje. Dit polsbandje is de enige toegangsmogelijkheid tot de wisselzone.
- **De hulp met wisselen is enkel en alleen bedoeld om de kinderen veilig op weg te helpen.**
 - De jeugd mag uit het zwembad geholpen worden.
 - Het is met nadruk **NIET** toegestaan om deelnemers aan een hand mee te nemen.
 - De jeugd mag geholpen worden met het vastmaken van de helm en het aangeven van de fiets.
 - Bij terugkomst mag er geholpen worden met het losmaken van de helm en het wegzetten van de fiets
- Het is niet toegestaan om mee te fietsen op het fietsparcours en/of mee te lopen tijdens het hardlopen.



Zwemmen

- De jeugd zwemt 2 banen (totaal 100 meter).
- Voor de start krijg je je badmuts uitgereikt. Het is verplicht tijdens het zwemmen deze (gekleurde) badmuts te dragen.
- Voor de start vindt er een briefing plaats waarin de belangrijkste zaken nogmaals worden toegelicht.
- Er is een korte tijd om in te zwemmen en volg hierbij de aanwijzingen van de organisatie op.
- Voordat je aan de laatste 50 meter begint, word je door een teller aangetikt. Je weet dan dat je nog 1 baan moet zwemmen.
- Bij het verlaten van het zwembad dien je de badmuts in te leveren bij het inzamelpunt.

Fietsen

- Fietsen mag pas na de markering op de weg direct buiten de toegangspoort van het zwembad. Bij terugkomst geldt het omgekeerde. *Op het zwembadterrein mag niet worden gefietst.*
- Voordat de fiets van de stang wordt genomen, moet de helm gesloten zijn. Het dragen van de gesloten helm is verplicht vanaf het moment dat de fiets van de stang wordt genomen tot het moment dat de fiets is gestald in de wisselzone.
- Wanneer je het zwembad verlaat, kom je op een **smal fietspad**. Hier geldt een **inhaalverbod** en de **verplichting om links te rijden!** De rechterkant van het fietspad is onderdeel van het loopparcours.
- Houd rekening met de deelnemers op het parcours wanneer je invoegt op de Hammerstraat.
- Tijdens het fietsen mag je niet stayeren (in elkaars wiel rijden). Zie voor meer informatie: Stayeren is valsspelen.
- Houd zoveel mogelijk rechts op het parcours. Je mag alleen links inhalen.
- Je moet zelf het aantal af te leggen fietsrondes bijhouden, het aantal gefietste rondes wordt automatisch gecontroleerd door Mylaps.
- Na 2 fietsrondes keer je terug naar de wisselzone. Je rijdt terug via een **smal fietspad** waarbij **inhalen verboden** is. De afstapzone is smal, houdt hier rekening mee.
- De fiets dient op je eigen toegewezen plek in de wisselzone teruggehangen te worden

- De jeugd rijdt een eigen gedeelte van het fietsparcours.
- De jeugd keert op het aangegeven punt nabij de Russenweg.
- Alle jeugd fietst 2 rondes, totaal 4,8km. Zie voor een beschrijving van het fietsparcours hier: Parcours.

Lopen

- Het loopparcours loopt vanaf de wisselzone naar de rotonde via hetzelfde parcours als van de volwassenen. Bij de rotonde wordt een kleine lus gemaakt en daarna wordt er gefinisht (afstand 1 kilometer).



Teams

- In aanvulling op de bovenstaande zaken gelden voor de teams de onderstaande extra zaken:
- Teamlid 1 draagt de Mylaps chip na het zwemmen over aan teamlid 2 op de daarvoor vastgestelde plaats. Zie hiervoor de [Parcourskaart \(Wisselzone zwemmen-fietsen\)](#).
- De fietser mag in volledige uitrusting met gesloten helm en schoenen klaar staan in het wisselvak. Zijn/haar fiets staat echter wel op de aangewezen plek in de wisselzone.
- Na het overdragen van de chip aan de fietser, mag de fietser de fiets uit het rek nemen en na de opstapbalk beginnen met fietsen.
- Bij terugkeer in de wisselzone stapt de fietser af bij de afstapbalk en plaatst de fiets op zijn/haar eigen plek terug.
- Daarna wordt de chip pas overgedragen aan de loper op de vastgestelde plaats: [Parcourskaart \(Wisselzone fietsen-lopen\)](#).

Teams kunnen met zijn drieën finishen door de laatste 100 meter samen te lopen.

Prijsuitreiking

De prijzen van jeugdcategoryen worden aan het einde van de middag, zo snel mogelijk na de finish van de laatste deelnemer, uitgereikt (richttijd 18:15 uur). Er worden geen prijzen (bekers en geldprijzen) nagestuurd. Wel mag een plaatsvervanger de prijs tijdens de prijsuitreiking in ontvangst nemen.

- Jeugd triatlon: Ereprijzen voor de eerste 3 jongens en meisjes in de leeftijdscategorieën: tot 8 jaar, 8+, 10+ jaar.
- Teams: Ereprijzen voor de eerste 3 teams en herinneringsvaantjes voor alle deelnemers.

