

## Wedstrijdbriefing deelnemers

Duatlon Tongerlo

17 september 2023

### Locatie

Sporta Spot Tongerlo

Geneinde 2

2260 Westerlo

### Parking

- Er is voldoende parking aan de Sporta Spot zelf.
- Indien de parking van de Sporta Spot toch volzet blijkt te zijn, is er op 200m een Okay supermarkt (Geneinde 30, 2260 Tongerlo) waar vrij geparkeerd kan worden.

### Afstanden en starttijden

|                                    | Recreatieve duatlon | Duo duatlon     | Competitieve duatlon<br>'Lotto duatlon series' |
|------------------------------------|---------------------|-----------------|------------------------------------------------|
| <b>Start</b>                       | 13u00               | 13u00           | 15u00 heren<br>15u02 dames                     |
| <b>1<sup>e</sup> looponderdeel</b> | 3km (1 ronde)       | 3km (1 ronde)   | 6km (2 ronden)                                 |
| <b>Fietsen</b>                     | 21km (3 ronden)     | 21km (3 ronden) | 28km (4 ronden)                                |
| <b>2<sup>e</sup> looponderdeel</b> | 3km (1 ronde)       | 3km (1 ronde)   | 3km (1 ronde)                                  |

### Reglement

De wedstrijden volgen het reglement van Triatlon Vlaanderen voor drafting wedstrijden. Dit is terug te vinden via onderstaande link:

<https://api.triatlon.vlaanderen/media/2022/06/10/be3-sportreglementen-ned-2022-update-27042022.pdf>

Bijkomend willen we volgende regels extra benadrukken:

- Drafting is toegestaan onder volgende voorwaarden:
  - o Recreatieve en duo wedstrijd (13u00): er mag bij eender welke atleet gedraft worden, ongeacht de reeks of het geslacht.
  - o Competitieve wedstrijd (15u00):
    - Mannen mogen enkel bij mannen draften.
    - Vrouwen mogen enkel bij vrouwen draften.
- Een helm is verplicht en moet opgezet/vastgemaakt worden alvorens de atleet zijn fiets neemt voor het fietsonderdeel. Na het beëindigen van het fietsonderdeel, mag de helm pas afgezet worden wanneer de fiets terug in het rek geplaatst is.
- Aerobars of triatlonsturen zijn niet toegelaten.
- Volle wielen zijn niet toegelaten.
- Drinkbussen op het stuur zijn niet toegelaten.

## Dagschema

|                                   | Recreatieve duatlon            | Duo duatlon                    | Competitieve duatlon                                                                 |
|-----------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Secretariaat open</b>          | 11u30                          | 11u30                          | 11u30                                                                                |
| <b>Bike check-in</b>              | 12u00 - 12u45                  | 12u00 - 12u45                  | 14u00 - 14u45                                                                        |
| <b>Start race</b>                 | 13u00                          | 13u00                          | 15u00                                                                                |
| <b>Bike check-out</b>             | 14u45 - 15u15<br>16u30 - 17u30 | 14u45 - 15u15<br>16u30 - 17u30 | 16u30 - 17u30                                                                        |
| <b>Podia en categorieën</b>       | 14u45<br><i>D/H algemeen</i>   | 14u45<br><i>Duo's algemeen</i> | 17u15<br><i>D/H algemeen</i><br><i>DU23/HU23</i><br><i>D40/H40</i><br><i>D50/H50</i> |
| <b>Einde bewaakte wisselzone</b>  | 17u30                          | 17u30                          | 17u30                                                                                |
| <b>Einde bewaakte sportzakken</b> | 17u30                          | 17u30                          | 17u30                                                                                |

## Aanmelden bij secretariaat

Bij de aanmelding bij het wedstrijdsecretariaat ontvang je volgende items:

- Enveloppe, inclusief:
  - o Startnummer
  - o Twee polsbandjes met uw startnummer op
    - Eén bandje bevestig je rond je pols.
    - Eén bandje bevestig je rond de zadelpen van de fiets.
- Enkelchip

Deelnemers van de duo wedstrijd ontvangen één extra polsbandje, zodat elke atleet een polsbandje heeft.

Op de enveloppe staat overigens uw startnummer, naam, startuur, bike check-in tijd en bike check-out tijd vermeld.

Er zullen veiligheidsspelden ter beschikking zijn op het secretariaat, maar deze zitten niet standaard in de enveloppe.

**Belangrijk:** Je ontvangt geen enkelband, deze moet je zelf voorzien. Indien je geen enkelband beschikbaar hebt, kan je eentje aankopen voor 2€/stuk aan het wedstrijdsecretariaat.

## Belangrijk voor de duo wedstrijd

Tijdens de duo wedstrijd moet zowel de enkelband als de rugnummer doorgegeven worden in de wisselzone. Het is aangeraden om een racebelt te voorzien om de overdracht van de nummer te vergemakkelijken.

## Bike check-out

Na de wedstrijd kan je uw fiets komen ophalen in de uren vermeld in de tabel bovenaan deze pagina. Respecteer deze uren, aub. Zeker voor de deelnemers van de recreatieve wedstrijd is het van belang om deze uren strikt op te volgen. Wanneer de eerste deelnemers van de competitieve wedstrijd in

aantocht komen, zal het niet meer mogelijk zijn voor een deelnemer van de recreatieve wedstrijd om de fiets uit de wisselzone te halen. Indien deze situatie zich voordoet, dan moet er gewacht worden tot de tweede wedstrijd is afgelopen alvorens men de wisselzone terug kan betreden.

Je zal uw fiets enkel uit de wisselzone kunnen halen onder volgende voorwaarden:

- De nummer op de polsband, zadelpen en het rugnummer komen overeen.
- De enkelchip wordt afgegeven.
- Het rugnummer wordt afgegeven.

### Douches

Douches en kleedkamers zijn beschikbaar in het gebouw waar de inschrijvingen plaats vonden.

### Bewaring sportzakken/tassen

Op de locatie van de inschrijvingen kunnen sportzakken in bewaring genomen worden. Deze tas of sportzak moet volledig gesloten zijn. Er mogen geen losse voorwerpen (bvb autosleutels of portefeuilles) in bewaring gegeven worden.

De tas of sportzak kan enkel terug gegeven worden mits de overeenstemming van de nummer op je polsbandje en de nummer op de sportzak.

### Supporters

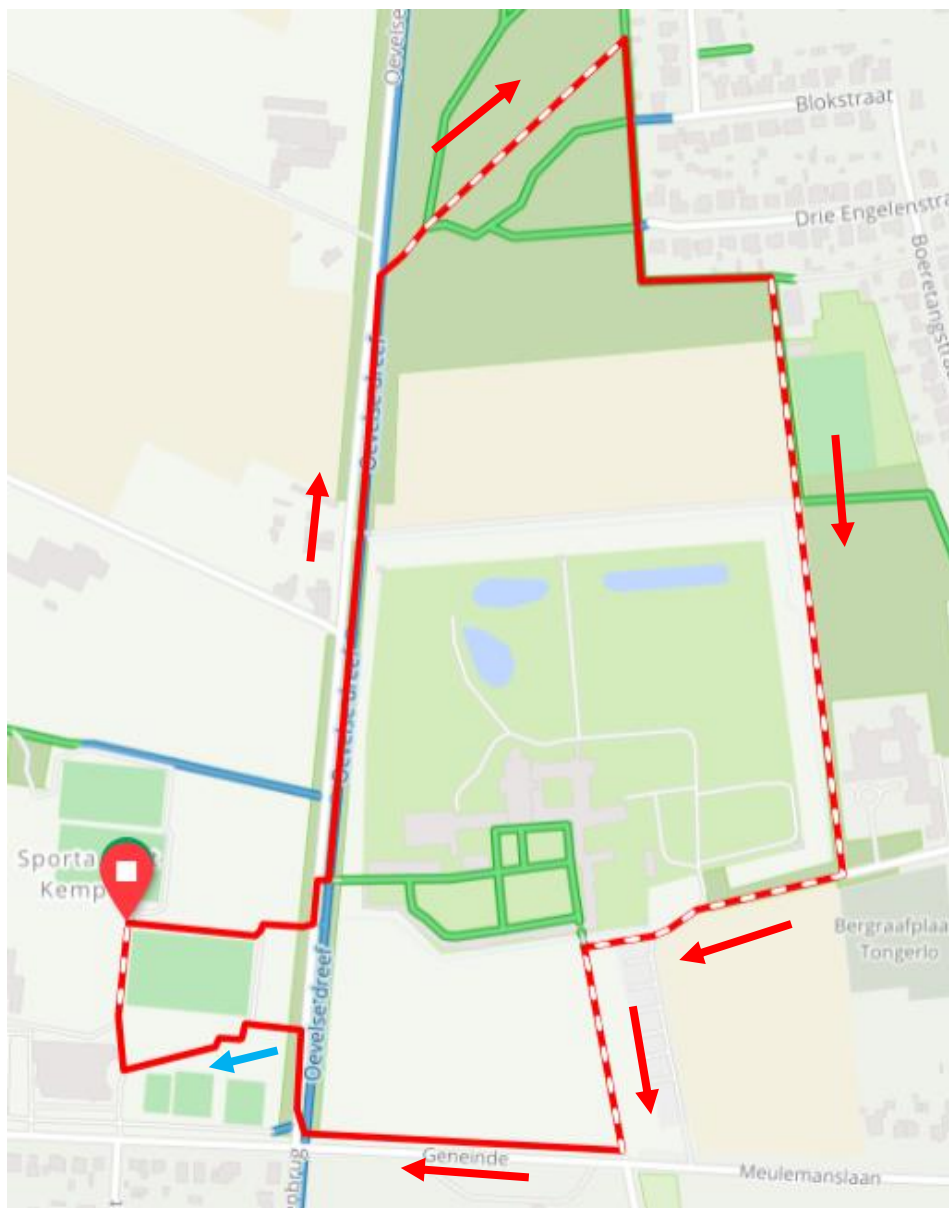
Alle locaties van de wedstrijd liggen op wandelafstand van elkaar. Het is van belang dat supporters zich niet op het parcours begeven. Indien supporters graag het fietsonderdeel willen zien, dan moeten zij zich ofwel (1) via de parking (Geneinde) ofwel (2) via de Finse piste achter de wisselzone naar het fietsparcours begeven.

## Loopparcours

De start van het loopparcours is gelegen naast de wisselzone. Er wordt een volledige ronde gelopen (in wijzerszin). Op het einde van elke ronde, zullen de atleten links afslagen (blauwe pijl) om terug het Sporta domein te betreden. Wanneer de atleten linksaf slagen (blauwe pijl), zullen ze een tiental meter via een klein, onverhard padje moeten lopen. Wees op deze locatie voorzichtig en haal hier niet in!

De atleten van de recreatieve wedstrijd (13u) zullen na het eerste looponderdeel de wisselzone inlopen via de run in/out (zie eventplan vorige pagina). De atleten van de competitieve wedstrijd zullen twee loopronden afwerken. Na het afwerken van de tweede ronde, zullen zij vervolgens rechtdoor de wisselzone inlopen.

Na het afwerken van het fietsonderdeel, wordt er nog één ronde gelopen. De atleten verlaten de wisselzone via de run in/out om hun laatste loopronde af te werken.



## Fietsparcours

Het fietsparcours wordt in tegenwijzerszin afgewerkt. Elke wedstrijd werkt meerdere ronden af, meerbepaald 3 ronden voor de recreatieve wedstrijd/duo's en 4 ronden voor de competitieve wedstrijd.

Het parcours is volledig verkeersvrij. Er zijn echter enkele aandachtspunten:

- In de Torendreef is er een snelheidsremmer, aangegeven met de blauwe driehoek. Hier kan best langs de zijkant overgereden worden. Wees voorzichtig op deze locatie.
- Er moeten meerdere ronden afgewerkt worden. In de Oevelse dreef zal je daarom een U-turn moeten maken om de volgende ronde aan te vatten (aangegeven met de oranje pijl). De deelnemers van de recreatieve wedstrijden moeten 2 U-turns nemen. De deelnemers van de competitieve wedstrijd moeten 3 U-turns nemen.
- Na de laatste fietsronde neem je geen U-turn en rij je rechtdoor om vervolgens via de bike in/out de wisselzone opnieuw te betreden.
- Een klein deel van de Oevelse dreef zal langs beide zijden van de straat gebruikt worden voor de wedstrijd (zwarte pijl). Beide zijden van de straat worden gescheiden door nadar hekken, kegels en plasticen linten. Houd in deze zone uiterst rechts om gevaarlijke situaties te vermijden!

