

Deelnemersinformatie



8^E UNIVÉ OOST
HOF VAN TWENTE
TRIATHLON
26 MEI 2024



INHOUD

| | |
|---|----|
| VOORWOORD | 3 |
| LOCATIE EN BEREIKBAARHEID | 4 |
| POGRAMMA | 5 |
| AFSTANDEN | 5 |
| WEDSTRIJDREGLEMENT | 6 |
| INSCHRIJFBUREAU | 7 |
| ZWEMMEN | 8 |
| WISSEL | 9 |
| FIETSEN | 9 |
| LOPEN | 10 |
| AFVAL | 10 |
| EHBO | 10 |
| UITSLAGEN | 10 |
| PARCOURS: JEUGD 8-12 JAAR TRIATLON | 11 |
| PARCOURS:JEUGD 13-17 JAAR TRIATHLON | 12 |
| PARCOURS: 1/8E TRIATLON SENIOREN & TRIO'S | 13 |



VOORWOORD

Beste deelnemer,

Aankomende zondag gaat de 8e editie van de Univé Oost Hof van Twente Triathlon van start. We zijn enorm blij dat we mooie triathlon weer voor je mogen organiseren.

Ook dit jaar kunnen we weer een beroep doen op meer dan 150 vrijwilligers. Zij maken de triathlon mogelijk en als organisatie zijn wij hen daar erg dankbaar voor. Je komt ze zondag ongetwijfeld tegen, geef ze dan een duim omhoog!

Het parcours is gelijk aan het parcours van vorig jaar. Het ligt er als vertrouwd bij. Een ideaal moment dus om je PR te verbeteren!

In deze infomail worden de belangrijkste aandachtspunten kort aangestipt. Gedetailleerde informatie kun je vinden op de website.

Via deze weg wensen wij iedereen vast enorm veel succes en tot ziens bij de finish in de unieke sfeer van de Kösterskoele!

Tot zondag!

Namens de organisatie van de Hof van Twente Triathlon,
Erik Maartens

LOCATIE EN BEREIKBAARHEID

De triathlon wordt dit jaar wederom georganiseerd in en rondom Zwembad de Vijf Heuvels en Openluchttheater de Kösterskoele.

LET OP!: Het terrein is alleen toegankelijk via de Potdijk vanaf de Goorseweg. Kijk voor vertrek wat een handige route is om vertraging te voorkomen. Er zijn aan de Potdijk verschillende parkeermogelijkheden.





POGRAMMA

| Serie | Meldtijd | Starttijd | Fiets uit wisselzone |
|-----------------------------------|----------|-----------|----------------------|
| Inschrijfbureau/Parc ferme (open) | 08:30 | | |
| Jeugd 8-11 | 09.00 | 09.30 | 15:30 |
| Jeugd 12-17 | 09.26 | 09.45 | 15:30 |
| Serie 1 | 09.55 | 10.15 | 15:30 |
| Serie 2 | 10.16 | 10.35 | 15:30 |
| Serie 3 | 10.36 | 10.55 | 15:30 |
| Serie 4 | 10.56 | 11.15 | 15:30 |
| Serie 5 | 11.16 | 11.35 | 15:30 |
| Serie 6 | 11.36 | 11.55 | 15:30 |
| Serie 7 | 11.56 | 12.15 | 15:30 |
| Serie 8 | 12.16 | 12.35 | 15:30 |
| Serie 9 Trio's | 12.36* | 12.55 | 15:30 |

AFSTANDEN

| Serie | Zwemmen | Fietsen | Lopen |
|-------------|-----------------|-----------------|------------------|
| Jeugd 8-11 | 100m (4 banen) | 5km (1 ronde) | 1,6km (1 ronde) |
| Jeugd 12-17 | 250m (10banen) | 10km (1 ronde) | 3km (2 rondes) |
| Senioren | 500m (20 banen) | 20km (2 rondes) | 4,9km (3 rondes) |
| Trio's | 500m (20 banen) | 20km (2 rondes) | 4,9km (3 rondes) |



WEDSTRIJDREGLEMENT

- De wedstrijd wordt georganiseerd onder auspiciën van de Nederlandse Triatlon Bond.
- Het NTB wedstrijdreglement is van toepassing op alle onderdelen.
- Iedere atleet wordt geacht te weten dat hij/zij meedoet op eigen risico en dat hij/zij de organisatie vrijwaart van elke vorm van aansprakelijkheid.
- Startnummers zijn niet overdraagbaar.
- De organisatie kan niet aansprakelijk gesteld worden voor eventueel verlies, diefstal of beschadiging van eigendommen.
- Verzorging en/of begeleiding door derden is niet toegestaan tijdens de wedstrijd.
- Wanneer de atleet de wedstrijd verlaat dient hij/zij zich af te melden bij een official.
- Als de omstandigheden daartoe aanleiding geven, behoudt de organisatie zich het recht voor het parcours te wijzigen of in te korten.
- De organisatie heeft toestemming om foto's en video's te maken die gebruikt kunnen worden voor promotie doeleinden. Deelnemers die dit niet willen, kunnen zich na afloop van de wedstrijd melden bij de organisatie.
- In alle niet voorziene gevallen beslist de wedstrijdleiding.

Meer informatie is de vinden op de site van de NTB:

<https://www.triathlonbond.nl/over-triathlon/vragen-over-regels/>



INSCHRIJFBUREAU

Uw startnummer kunt u afhalen bij het inschrijfbureau binnen bij de hoofdingang van Zwembad De Vijf Heuvels. U meldt zich daar ruim voor de start (vanaf 8.30 uur geopend). Als u een licentie hebt, houdt deze hier dan bij de hand. Na controle van uw gegevens, krijgt u een envelop met daarin een startnummer, een sticker en chip.

Bij het inschrijfbureau is aangegeven of het dragen van een wetsuit toegestaan is. De watertemperatuur is afhankelijk van de weersomstandigheden.

- Het startnummer moet tijdens het fietsen op de rug, en tijdens het lopen op de buik gedragen worden. Hiervoor is een startnummerband essentieel! Een startnummerband is eventueel aan te schaffen bij het inschrijfbureau.

TEAMS (Duo's en Trio's): ontvangen twee startnummers, één voor de fietser en één voor de loper.

- De sticker met het startnummer is om op de fiets te plakken (TIP: bevestig de sticker op de zadelpen).

Met uw startnummer en de sticker op de fiets kan na afloop van de wedstrijd de fiets weer meegenomen uit de wisselzone.

- De chip zit aan een neopreenbandje, die je om je LINKER enkel bevestigt. Je zwemt, fietst en loopt hiermee. Deze chip moet bij het verlaten van de finishzone, na afloop van de wedstrijd, weer worden ingeleverd. Tijdwaarneming wordt geregeld door gebruik van chips van MyLaps.

TEAMS (Duo's en Trio's): Deelnemers in een estafetteteam ontvangen één timingchip per team, die per atleet dient te worden doorgegeven na elk onderdeel op de wisselplek in de wisselzone.

LET OP: Alle chips dienen na afloop van de wedstrijd te worden ingeleverd bij de finish. Indien de chip niet wordt ingeleverd, brengen wij een bedrag van €40,- in rekening.



FIETSCONTROLE

Voordat u uw fiets in de wisselzone zet, wordt de fiets gecontroleerd.

Dit gaat als volgt:

- Helm controle, zet je helm op. Deze mag niet te los zitten.
- Controle van de fiets. Zorg dat de sticker met het startnummer is bevestigd.
- De fiets moet deugdelijk zijn. De remmen moeten het goed doen, er mogen geen onderdelen los zitten en er mogen geen openingen aan je stuur zitten. Er moeten dus dopjes op openingen zitten, denk daarbij aan de uiteindes van het stuur en opzetstuur.
- Als alles is goedgekeurd, zoek je in de wisselzone je startnummer op. Iedere deelnemer heeft zijn / haar eigen plek.
- Je hangt je fiets op bij je eigen startnummer. Daar zet je ook uw loopschoenen neer.

LET OP: Ouders hebben voorafgaand aan de jeugdseries geen toegang tot de wisselzone. Vanuit de organisatie wordt zorggedragen voor begeleiding in de wisselzone.

ZWEMMEN

- Voorafgaand aan het zwemonderdeel vindt de briefing plaats naast het zwembad bij de zwemtoren. 20 minuten voorafgaand aan de start dien je je aan te melden bij het zwembad. De briefing is 10 minuten voor de start.

TEAMS (Duo's en Trio's): Zowel de zwemmer als de fietser meldt zich bij de zwemtoren voor de briefing.

- Het zwemmen vindt plaats in het 25-meter buitenbad. Als de watertemperatuur 22°C of hoger is mag er NIET gezwommen worden met een wetstuit. Bij het inschrijfbureau staat aangegeven wat de water temperatuur is.
- De start vindt plaats in het water en bij elk keerpunt dient de wand aangeraakt te worden. Er wordt 'tegen de klok in' gezwommen, rechts houden en links inhalen. Het aantal afgelegde banen wordt bijgehouden door een banenteller. Deze geeft een teken (fluiten en tik op de badmuts) wanneer de laatste 50 meter (2 banen) afgelegd moeten worden.



- Alle deelnemers dragen de door de banentellers aangereikte badmuts. Na afloop van het zwemonderdeel dient de badmuts weer ingeleverd te worden bij de banentellers.
- De limiet voor het zwemmen is 15 minuten.

WISSEL

- De helm moet zijn vastgemaakt zolang de deelnemer de fiets vast heeft, d.w.z. vanaf het moment dat hij/zij de fiets uit het rek haalt aan het begin van het fietsonderdeel tot het moment dat hij/zij de fiets weer in het rek zet aan het einde van het fietsonderdeel.
- Loop met de fiets aan de hand naar de uitgang die naar het fietsparcours leidt. Fietsen in de wisselzone is niet toegestaan, begin pas met fietsen ná de opstapbalk.

FIETSEN

- Het fietsparcours is tijdens de wedstrijd afgezet en verkeersarm. Belangrijk: Je dient te allen tijde de aanwijzingen van de verkeersregelaars, de organisatie en eventuele hulpdiensten op te volgen.
- Het dragen van een helm is verplicht.
- Stayeren is niet toegestaan. Je dient tenminste 12 meter achter je voorganger te blijven. Inhalen is uiteraard wel toegestaan. Blijf tijdens het fietsen rechts rijden en houd er rekening mee dat je ingehaald kunt worden.
- Indien je stayert of rechts inhaalt, kan de official een blauwe kaart tonen. Je dient dan een straf tijd uit te zitten in de 'Penalty box'. Indien je de tijdstraf niet uitzit, wordt de tijdstraf direct omgezet in een diskwalificatie. De 'Penalty box' bevindt zich aan het einde van het fiets onderdeel in de wisselzone.
- Je bent zelf verantwoordelijk voor het rijden van de juiste afstand. Indien na afloop blijkt dat je niet het juiste aantal rondes hebt gereden, word je gediskwalificeerd.



LOPEN

- Na afloop van je laatste ronde sla je af richting de finish. Je bent er zelf verantwoordelijk voor dat je het juiste aantal rondes loopt. Indien na afloop blijkt dat je niet het juiste aantal rondes hebt gelopen, word je gediskwalificeerd.
- Op het loopparcours is een verzorgingspost ingericht waar water wordt aangereikt.
- De chip moet na afloop in de finish zone ingeleverd worden.

AFVAL

Afval mag niet achtergelaten worden op het fiets- en loopparcours. Stop afval in je kleding en gooi dit niet weg tijdens de wedstrijd

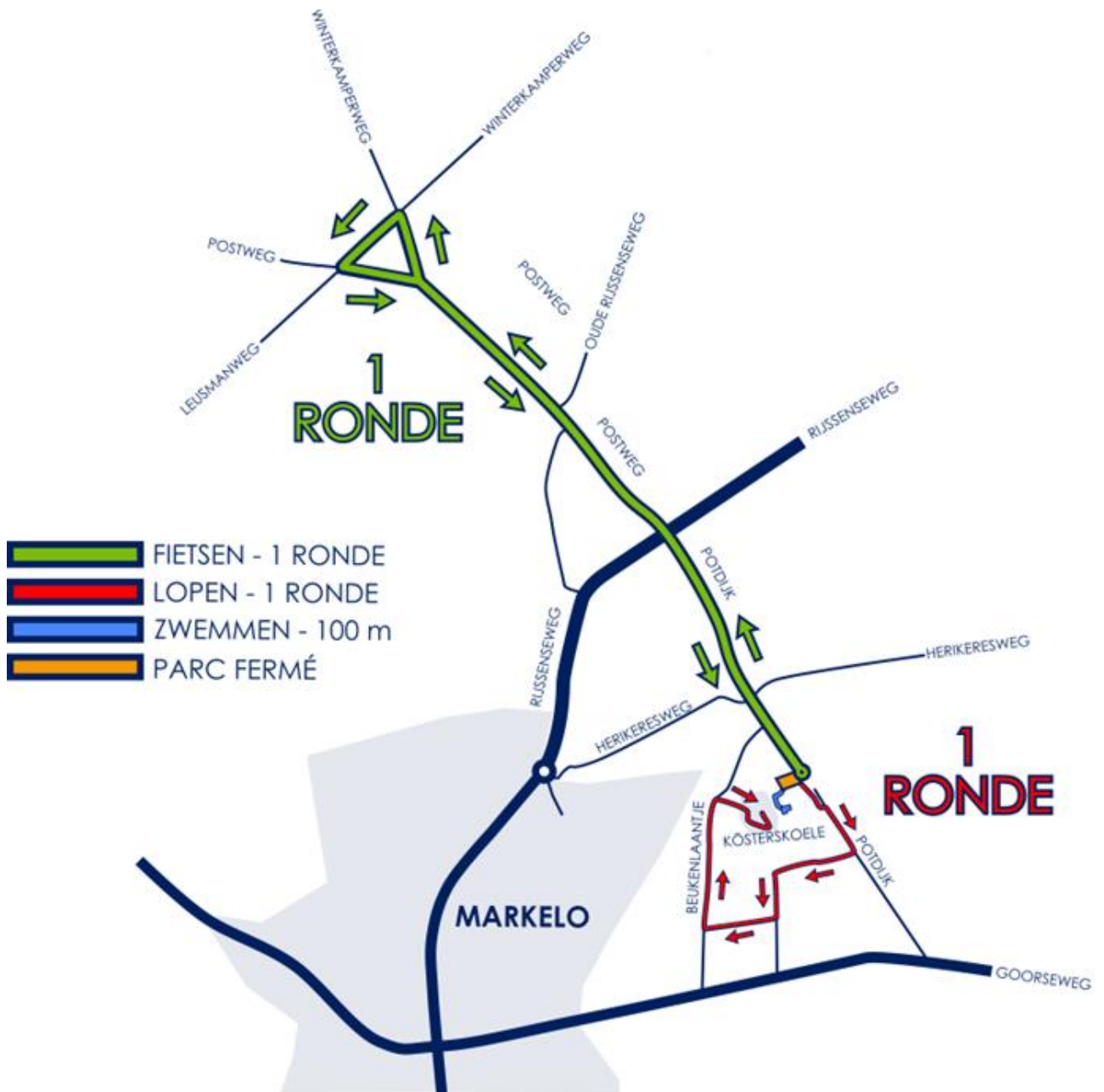
EHBO

Er zijn 3 EHBO-posten aanwezig, één bij het zwembad één op het fietsparcours en één bij de finish.

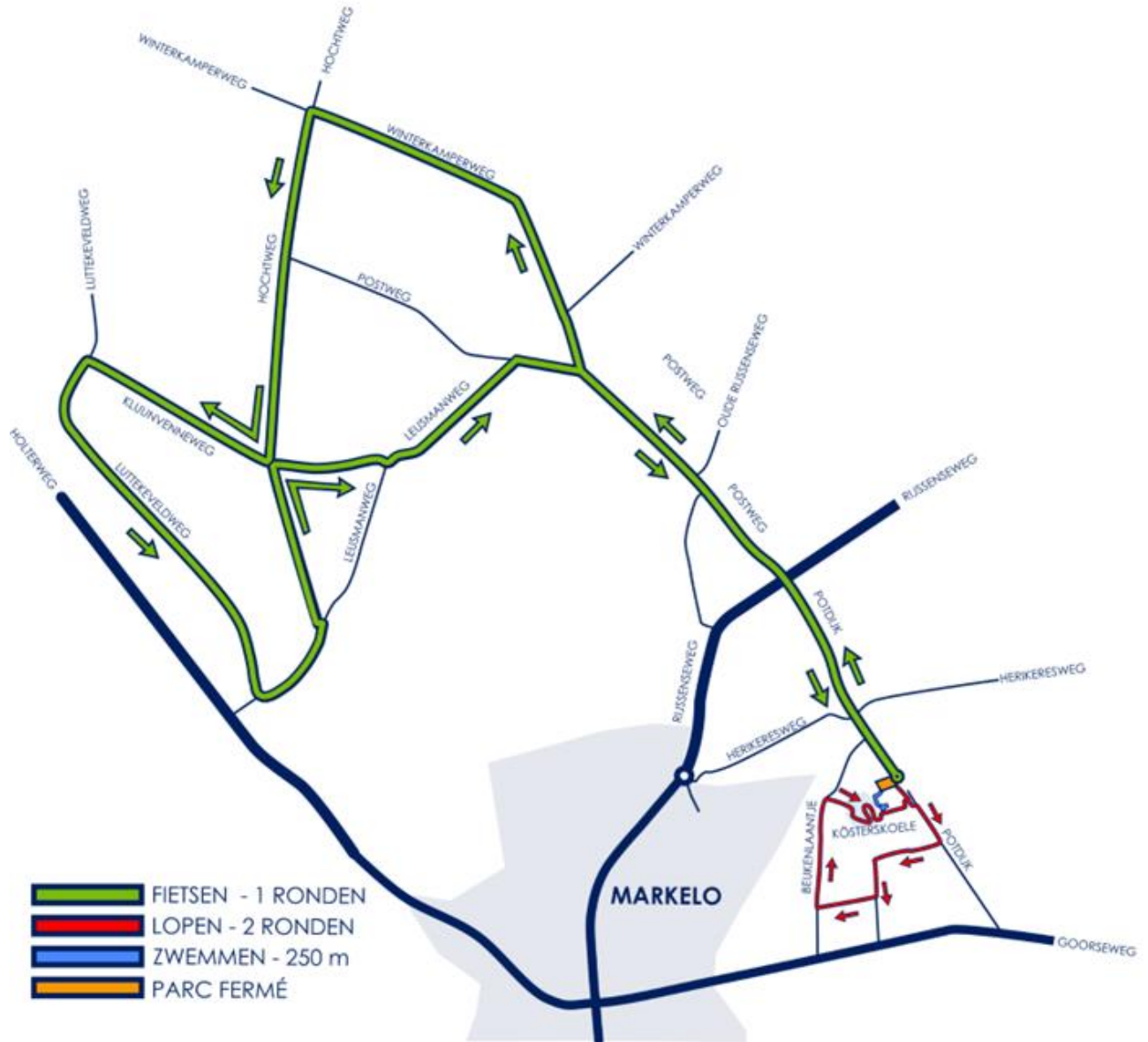
UITSLAGEN

De (voorlopige) uitslagenlijsten worden gepubliceerd op de website van MyLaps. De definitieve uitslagen worden zo spoedig mogelijk gepubliceerd na de wedstrijd op onze website: <https://hofvantwentetriathlon.nl/uitslagen>

PARCOURS: JEUGD 8-11 JAAR TRIATHLON



PARCOURS: JEUGD 12-17 JAAR TRIATHLON



PARCOURS: 1/8E TRIATLON SENIOREN & TRIO'S

