



TRIATHLON TER AAR

Beste deelnemer van de Triathlon Ter Aar,

In dit document vindt u alle benodigde informatie voor de Triathlon Ter Aar...

Locatie: Zwembad de Aarweide (schilkeweg 21, 2441 EX Nieuwveen)

Parkeren: Kan bij het zwembad, parkeerbeheer zal u een plek aanwijzen.

Afstanden

Tijdens de triathlon kan een kwart en een achtste afstand afgelegd worden. De geldende afstanden zijn hieronder weergegeven.

Achtste triathlon	Afstand	Aantal ronden / banen
Zwemmen	0,5 km	20 banen
Fietsen	20 km	2 ronden
Hardlopen	5 km	1 ronde
Kwart triathlon		
Zwemmen	1 km	40 banen
Fietsen	40 km	4 ronden
Hardlopen	10 km	2 ronden

Prijzen

Prijzen zijn te winnen voor de volgende categorieën:

Categorie	Plaatsen
prijs 1/8 triathlon Heren	1 ^e , 2 ^e en 3 ^e
prijs 1/8 triathlon Dames	1 ^e , 2 ^e en 3 ^e
Prijs 1/8 beste Nieuwkoper	1 ^e
Prijs 1/8 beste Nieuwkoper	1 ^e
prijs 1/4 18+ Heren	1 ^e , 2 ^e en 3 ^e
prijs 1/4 18+ Dames	1 ^e , 2 ^e en 3 ^e
prijs 1/4 30+ Heren	1 ^e , 2 ^e en 3 ^e
prijs 1/4 30+ Dames	1 ^e , 2 ^e en 3 ^e
Prijs 1/4 beste Nieuwkoper	1 ^e
Prijs 1/4 beste Nieuwkoper	1 ^e



TRIATHLON TER AAR

Starttijden / aanmelden

Een ieder dient zich aan te melden bij de wedstrijd op onderstaande tijden, hier krijg je het startnummer en de bijbehorende startronde te horen.

7:00 – 8.00 aanmelden voor kwart triathlon

8.00 – 9.00 aanmelden voor achtste triathlon (aanmelden voor de achtste is vroeg, zodat zo min mogelijk mensen het parcours oversteken tijdens de wedstrijd)

Voor de verschillende categorieën zijn 5 start rondes, 3 voor de kwart, 2 voor de achtste.

Welke startronde voor u geldt hoort u bij het aanmelden, u ontvangt hier tevens het volgende:

- 2 papieren startnummer
- 1 sticker voor op de fiets (deze dient op de fiets aangebracht te worden, u kunt uw fiets aan het einde op vertoon van deze sticker en één startnummer weer meenemen)
- Veiligheid spelden om de startnummers te bevestigen (neem een eigen startnummer band mee)
- Een startnummer op het been geschreven
- Een mylaps chip

Voor de kwart triathlon

Wanneer u ingedeeld wordt in de ronde van 8 uur ontvangt u apart bericht hierover via de mail. U zult zich dan uiterlijk 7:30 m:oeten aanmelden om op tijd te kunnen starten. Krijgt u geen bericht? Dan start u in de ronde van 8:30 of 9:00.

(de organisatie houdt hierbij rekening met uw woonplaats, mensen in de buurt zullen voor deze startronde geselecteerd worden)

Kwart triathlon	1	8:00
	2	8:30
	3	9:00
Achtste triathlon	1	9:30
	2	9:50

Starttijden kwart en achtste

Tijdregistratie

We maken gebruik van het Mylapse systeem. Bij de inschrijving ontvang je een huurchip.

Let op: De huurchips moeten na afloop van de wedstrijd ingeleverd worden, hiervoor is bij de finish een plek ingericht. Deze is duidelijk met een spandoek aangegeven.

Niet ingeleverde chips worden door mylaps in rekening gebracht, het bedrag per chip is €20,- en komt voor rekening van de deelnemer.



TRIATHLON TER AAR

Bagage

Uw bagage kunt u achterlaten in uw auto of bij in de fietsenstalling, houdt u rekening met de beperkte ruimte bij de fietsen en laat daarom alleen het hoognodige achter bij uw fiets.

Fietsenstalling

De fietsenstalling is zoals altijd in de fietsenrekken van zwembad de Aarweide, de ruimte bij deze fietsenrekken is beperkt. Dit betekent dat de fietsen redelijk dicht op elkaar staan. Helaas kunnen we dit met het aantal deelnemers niet anders inrichten, reden hiervoor is o.a. dat het zwembad om 12.00 weer open gaat. We willen een ieder vragen om een beetje rekening met elkaar te houden, het gaat al meer dan 30 jaar goed.

Zwemmen

Het zwemmen vindt plaats in zwembad de Aarweide, een 25 meter bad. Vrijwilligers zullen hier uw banen tellen en aangeven wanneer u nog 50 meter (1x heen en weer) moet zwemmen. Dit wordt gedaan aan de hand van een tik op het lichaam. Hierna mag u het zwembad verlaten naar de fietsenstalling.

Zorg dat u ongeveer 5 minuten voor uw start aanwezig bent bij uw baan, zo kan er op tijd gestart worden. Als de wedstrijd is gestart en u komt te laat bij de baan kunt u niet meer deelnemen.

De watertemperatuur bedraagt 22- 24°C.

Let op: Het dragen van een wetsuit is niet toegestaan indien u geboren bent na 31-12-1962!

Houd u bij het gebruik van een trisuit rekening met de reglementen van de NTB zoals hieronder vermeld.

- b) Trisuits
 - (i) Bij wedstrijden waar geen wetsuit is toegestaan moeten deelnemers een goedgekeurd trisuit dragen. Als atleten meer dan één trisuit dragen, dan moeten beide tenues aan de specificaties voldoen.
 - (ii) Trisuits moeten bestaan uit 100% geweven materiaal, te definiëren als bestaande uit natuurlijke en/of synthetische stoffen, van individuele en niet versterkte garens die een geweven, gebreid of gevlochten geheel vormen (meestal houdt dit in dat het trisuit geheel gemaakt is van nylon of lycra, waarin geen rubberachtig materiaal zoals polyurethaan of neopreen is verwerkt).
 - (iii) Wanneer het gebruik van wetsuits niet is toegestaan, dan is het gebruik van kleding waarbij enig deel van de armen onder de schouders of enig deel van de benen onder de knieën is bedekt evenmin toegestaan, met uitzondering het gestelde in art. 2.8 sub c-iii.
 - (iv) Trisuits moeten voldoen aan de toepasselijke Richtlijnen inzake Geautoriseerde Identificatie.
- c) Swimskins
 - (i) Swimskins mogen worden uitgetrokken na het zwemmen, behalve bij wedstrijden over de Standaard afstand of korter.
 - (ii) Swimskins moeten bestaan uit 100% geweven materiaal, te definiëren als bestaande uit natuurlijke en/of synthetische stoffen, van individuele en niet versterkte garens die een geweven, gebreid of gevlochten geheel vormen (meestal houdt dit in dat het pak geheel gemaakt is van nylon of lycra, waarin geen rubberachtig materiaal zoals polyurethaan of neopreen is verwerkt).
 - (iii) Swimskins moeten voldoen aan het gedeelte inzake wetsuits in de Richtlijnen inzake Geautoriseerde Identificatie.

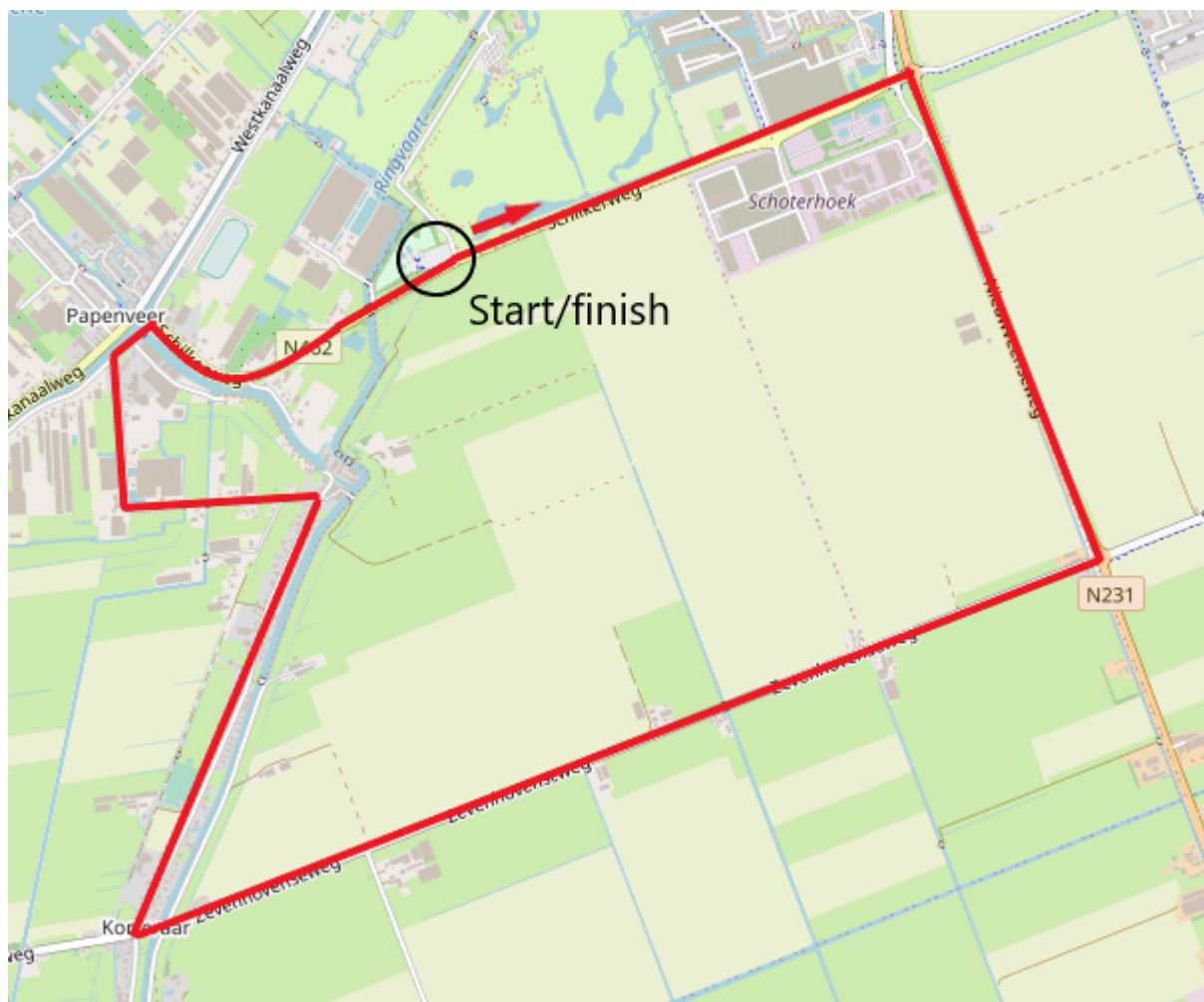


TRIATHLON TER AAR

Fietsen

De fietsroute gaat over bestaande fietspaden, wegen of parallelwegen, op de route wordt u op elk kruispunt / afslag begeleid door vrijwilligers die voor u de weg vrij maken. Tevens zijn borden geplaatst met het opschrift **TRI** (Triathlon Ter Aar)

De route is hieronder weergegeven.



TRIATHLON TER AAR

Hardlopen

Voor het hardlopen geldt hetzelfde als voor het fietsen, op de route wordt u begeleid door onze vrijwilligers die u de weg wijzen. Tevens zijn ook hier borden geplaatst met het opschrift **TRI**. Als u 1/8ste Triathlon doet, kun u na 1 rondje finishen. Doet u een kwart triathlon, dan moet u 2 ronden lopen.

De hardlooproute is hieronder weergegeven.





TRIATHLON TER AAR

Douchen

Douchen kan in zwembad de aarweide, de benodigde douchemunten (20 ct) liggen klaar bij de douches. Houdt u rekening met de opening van het zwembad om 12.00, op deze tijd moeten wij het zwembad leeg én schoon achterlaten voor bezoekers. Omdat dit een openbaar zwembad is waar kinderen kunnen rondlopen is het verboden om naakt te douchen.

Omkleden is helaas niet toegestaan in de kleedruimtes, er is een aparte omkleedtent aanwezig op het terrein waar u zich om kunt kleden na de wedstrijd.

Gevonden voorwerpen

Bent u iets kwijt na de wedstrijd? De gevonden voorwerpen worden door de organisatie verzameld en op de dag zelf uitgesteld bij de inschrijftent. U kunt zich daar melden voor gevonden voorwerpen.

Heeft u het op de dag zelf toch niet kunnen vinden, stuur dan gerust een mailtje na de wedstrijd. Elk jaar houden we gevonden voorwerpen over.

Weggoeien van afval langs het parcours

We willen u vragen geen afval langs het parcours achter te laten, houd de verpakkingen van eten zoals gelletjes bij u en gooi deze weg in de daarvoor bestemde afvalbakken bij start/finish.

De organisatie en officials letten hier extra op. Overtreding van deze regel kan leiden tot onmiddellijke diskwalificatie.

Annuleren

Kunt u onverhoopt niet meedoen, wilt u zich dan afmelden via de NTB website? In de wachtlijst staan een aantal triathleten die nog hopen op een startplek.

Het annuleringsreglement kunt u vinden op: [Reglementen en statuten - Nederlandse Triathlon Bond](#)

Tot slot

Denkt u na afloop aan het volgende

- Uw fiets kunt u enkel meenemen op vertoon van een overeenkomend startnummer
- De prijsuitreiking is rond 12.00