

BELANGRIJKE AANWIJZINGEN VOOR DE WEDSTRIJD !

Haal eerst alle deelnemersinformatie op bij het Rivièra Zwembad.

Doe je de triathlon alleen? Breng dan direct je eventuele loopspullen naar de 2^e wisselzone, op het TVS'90 terrein, Wielrenpad 2.

Doe s.v.p. allemaal de rode veters van de Hartstichting in je loopschoenen.

Voor het startnummer worden elastieken uitgedeeld, zodat je het nummer om je middel kunt dragen en makkelijk door kunt geven aan je teamleden.

Plak de sticker waarop je startnummer staat op je fiets. Je fiets kun je uitsluitend ophalen op vertoon van je startnummer.

Er is een pendeldienst om je spullen van het zwembad naar het terrein van TVS'90 te brengen. Geef daar je eventuele gewone tas af voorzien van label met startnummer (ter plekke verkrijgbaar). Ook de genummerde plastic tassen die in wisselzone 1 achterblijven worden door ons afgegeven bij TVS'90.

Start je individueel? Dan is de snelste wissel mogelijk door je fietsspullen in wisselzone 1 te leggen. Omkleden in de kleedkamers kan ook, maar dat kost je tijd.

Zwemmen

Hou rechts in de baan

Laat snellere zwemmers voor gaan

Bij ingaan laatste keer heen en weer wordt je aangetikt

Loop naar de uitgang en tik je fietser aan (TEAMS)

Voorzichtig want het is glad in het bad !

Fietsen

Helm op en pas afzetten NA neerzetten fiets

Nummer op de rug

Chip van Mylaps tijdwaarneming om je enkel

Na aantikken zwemmer, vertrek fietsen (TEAMS)

Hou rechts aan, verkeersarm, niet verkeersvrij!

1 heen en weerparcours

Voorzichtig bij keerpunt!

Route is met krijt op de weg aangegeven

Volg de instructies van Verkeersregelaars en Vrijwilligers op

Fiets neerzetten, dan pas helm af

Chip én startnummer aan looper (TEAMS)

Na afloop is je fiets uitsluitend op te halen MET JE STARTNUMMER !

Lopen

Eerst startnummer (voor op je buik) en chip omdoen (TEAMS), dan vertrek lopen

2 rondes a 2 km

Na 2 volledige rondes ga je finishen

Route is met krijt op de weg aangegeven

Volg de instructies van Verkeersregelaars en Vrijwilligers

Direct na finish chip inleveren, daarna ontvangst T-shirt (TEAMS dus gezamenlijk over de finish!!!)

LET OP : Laat geen kostbare zaken als telefoons en geld achter in je tas of de kleedkamer. Geef die af aan een bekende begeleider/toeschouwer. De organisatie aanvaardt geen enkele aansprakelijkheid voor zoekgeraakte of beschadigde zaken.