



Beste Deelnemer,

Om alles ordentelijk en sportief te laten verlopen zijn kan je best deze briefing even doornemen. Bij de recreatieve duathlon zullen de scheidsrechters meer een ondersteunende rol vervullen. Recreatieve atleten kunnen zich dan meer op hun gemak voelen.

Op deze wedstrijd zijn de reglementen van de Belgische Triatlon & Duatlon Federatie (BTDF) van toepassing.

- link naar [Sportreglementen van de BTDF](#) ?
- Of [via http://vtdl.com.be](http://vtdl.com.be) doorklikken naar Reglementen/Sportreglementen.  
De Chief Race Official (CRO) en Technical Officials (TO) zijn er om de reglementen proactief toe te passen zodat de wedstrijd onder sportieve en veilige omstandigheden kan doorgaan.

## DAG & WEDSTRIJDPROGRAMMA

Recreatieve duatlon:

- 12h45 Startuur recreatieve duathlon Solo HEREN/DAMES
- 12h50 Startuur recreatieve duathlon Duo HEREN/DAMES/GEMENGD DUATHLON
- DRAFTING ( stayeren mag) afstand 2,5 km lopen(1 ronde) -20,5 fietsen ( 4 ronden)-5km lopen (2 ronden)
- Doelgroep HEREN/DAMES +16...

RBR Series

- 14h15 Startuur DAMES
- 15h45 Startuur HEREN
- DRAFTING ( stayeren mag)
- afstand 2,5 km lopen(1 ronde) -20,5 fietsen ( 4 ronden)-5km lopen (2 ronden)
- Doelgroep HEREN/DAMES ploegen

Opening & sluiting wedstrijdsecretariaat 11h00 – 17h15

Opening & sluiting check-in verschillende wedstrijdreeksen

- Recreatieve Duathlon 11h45 - 12h35
- RBR Series 13h15-15h15 ?

Sluiting wisselzone

- Einde bewaking 17h30

Prijsuitreiking

- Recreatieve duathlon (zo snel mogelijk na de laatste deelnemer recreatieve duathlon)
  - Eerste 3 HEREN/DAMES solo's
  - Eerste 3 HEREN/DAMES duo's
- RBR series ( zo snel mogelijk na de laatste heer)
  - Eerste 3 ploegen HEREN/DAMES
  - Eerste 3 ploegen HEREN/DAMES Belgische ploegen



Het aantal deelnemers is beperkt tot 300. De inschrijving (via bovenstaande link) is geldig van zodra de organisatie het correcte inschrijvingsbedrag ontvangt. Annulatievoorwaarden (alleen voor de recreatieve duathlon) Kan je niet deelnemen wegens medische reden kan je de helft van uw inschrijvingsgeld terug recupereren . Bezorg ons een medisch attest ( mag ook een copie zijn) en mail deze door naar [dirk.douwen@telenet.be](mailto:dirk.douwen@telenet.be)

## UPDATE STARTLIJST

Zie "[live](#)" deelnemerslijst via de online wedstrijdpagina van de VTDL-kalender

## VERZEKERING

Alle deelnemers van een officiële VTDL-wedstrijd zijn verzekerd voor lichamelijke schade en burgerlijke aansprakelijkheid. Na een ongeval dient de aangesloten deelnemer aangifte te doen via zijn of haar club. De niet-aangesloten deelnemer doet aangifte via de organisatie. Buitenlandse atleten dienen verzekerd te zijn via hun nationale federatie. Indien dat niet zo is, dient de atleet in kwestie een dagverzekering/daglicentie aan te schaffen.

Meer informatie over de VTDL-verzekering of procedure kan men terugvinden via de website (doorklikken naar verzekering)

## WEDSTRIJD ONTHAAL – SECRETARIAAT

Op 7 april, tussen 11u en 15u, kunnen de deelnemers hun startmateriaal afhalen aan het secretariaat, deze bevindt zich in de cafetaria van het domein Lissenvijver. Bij het aanmelden moet elke atleet (ook voor duo's) voorzien zijn van zijn/haar licentie (met foto) of een identificatiebewijs met foto. Bij ziekte of wijzigingen wordt dit doorgegeven aan organisatie en timing. Deelnemen onder een andere naam, andere leeftijd of op basis van valse informatie is niet toegestaan. Bij jeugdwedstrijden moeten deelnemers (tot en met 18 jaar) zonder licentie beschikken over een sportmedische goedkeuring (attest) van een arts (maximum 3 maanden oud).

Iedere deelnemer krijgt op het secretariaat alle benodigdheden voor de wedstrijd: ProChip met enkelband (altijd te bevestigen aan linkerenkel), zelfklevend startnummer dat op de fiets dient geplakt te worden, rugnummer, prijzentas Sporttassen kunnen in bewaring genomen worden. Douches & kleedkamers zijn voorzien in de sporthal van de Lissenvijver.

## KLEDIJ

Elke atleet draagt tijdens de wedstrijd een niet-transparant wedstrijdpak dat uit 1 (of desnoods 2 delen) bestaat en te allen tijde het boven- en onderlichaam bedekt. Dit pak kan vooraan of achteraan een rits bevatten. Compressietubes zijn toegelaten bij duatlon.

## WISSELZONE/CHECK-IN

Voor de wedstrijd plaatst de atleet zijn/haar materiaal bij het juiste nummer in de wisselzone. Enkel wedstrijd materiaal (fiets, startnummer, helm, schoenen, fietsbril, ...) is toegelaten, eventueel kan men gebruik maken van een eigen opbergbox (geen rugzak) zonder merktekens (maximum L45xB35xD25). Eén (1) paar



loopschoenen kunnen voor of buiten de opbergbox geplaatst worden, zo dicht mogelijk bij het fietsrek. Oortjes, koptelefoons, mobiele apparaten of communicatiemiddelen worden niet toegelaten tijdens de wedstrijd.

De wisselzone is enkel toegankelijk voor deelnemers, Technical Officials en bevoegde medewerkers. Deze laatste staan in voor de beveiliging van de wisselzone.

In de wisselzone mag niet gefietst worden. Tijdens de wedstrijd stapt de atleet correct op na de opstaplijn (na de eerste wissel) en voor de afstaplijn (voor de tweede wissel) en hindert geen andere atleten.

Het aanmelden in de wisselzone (check-in) gebeurt binnen de gecommuniceerde tijdstippen (zie dagprogramma). Hier worden de fietsen gecontroleerd door de Technical Officials. Naast veiligheid controleert men ook de specifieke fietsreglementering.

De fiets wordt voorzien van een sticker met deelnamenummer/fietslabel (links leesbaar) dat door de organisatie wordt uitgereikt. Met dit nummer en het startnummer kan men de fiets na de wedstrijd afhalen. ☒

Fietsvoorwaarden:

Bij draftingraces (waar men mag stayeren of in elkaars wiel rijden) zijn traditionele (race)fietsen toegelaten maar geen tijdritfiets. Niet-traditionele of ongewone fietsen moet vooraf goedgekeurd worden door de CRO (via mail met foto van fiets).

Voorwiel & achterwiel hebben dezelfde diameter en zijn elk voorzien van minstens 12 spaken (Max 10 mm breed). Voorste punt van zadel komt minstens 5 cm (2cm bij dames) en maximum 15 cm achter center trapas uit.

## WEDSTRIJDBRIEFING DUATLON DRAFTING RACE

In functie van de veiligheid (valwonden) zijn stuureinden dichtgemaakt. Opzetstuurjes zijn niet toegelaten bij draftingwedstrijden.

De fietshelm (zonder schade) is verplicht en goedgekeurd door een officieel orgaan (CE keuring). De helm draagt men correct, met de oren vrij en tijdens alle fietsverplaatsingen op de wedstrijddag. Schijfremmen zijn toegelaten bij draftingwedstrijden.

Na de wedstrijd kunnen atleten met hun startnummer de eigen fiets & materiaal komen afhalen in de wisselzone. De wisselzone blijft bewaakt tot 17u15.

Afval wordt in de voorziene vuilniszakken gedeponneerd. De organisatie wenst dat zijn deelnemers en toeschouwers het milieu respecteren en de veiligheid van andere deelnemers handhaven. Ook de officials zullen hierop toezien.

## BRIEFING

Neem als atleet steeds kennis van de informatie op de website en de schriftelijke briefing. Wordt er voor de wedstrijdstart een briefing voorzien, wees hier dan zeker aanwezig. Belangrijke gewijzigde informatie wordt hier meegedeeld.



Als atleet sta je zelf in de voor de kennis van het wedstrijdparcours.

## LOPEN

Startnummer wordt vooraan op het lichaam gedragen. Er mag niet gelopen worden met ontbloot bovenlichaam of met de fietshelm op. Geen persoonlijke begeleiding of bevoorrading krijgen tijdens het lopen.

De deelnemers verzamelen zich minstens 15 min voor de start van hun reeks in de startzone. Op vraag van de Technical Official begeven de atleten zich naar de startlijn. De startlijn mag niet overschreden worden. De start wordt stipt gegeven. Deelnemers die te laat zijn, mogen niet meer starten tenzij de CRO het toelaat.

ER ZIJN GEEN LIMIETTIJDEN bij de loopproef.

## FIETSEN

De deelnemers wisselen van het lopen naar het fietsen en verlaten de wisselzone met vastgemaakte helm, startnummer op de rug, zelfklevend startnummer op de fiets en chip rond de (linker)enkel. De fietshelm wordt vastgemaakt voor het nemen van de fiets bij de eerste wissel en opnieuw losgemaakt van zodra de fiets correct is teruggeplaatst bij de tweede wissel. Lopen met de helm na de laatste wissel is niet toegelaten.

Stayeren (in elkaars wiel rijden) of draften is toegelaten. Indien er een aparte start is voor dames (van zodra er een verschil is in starttijd of startplaats), dan is stayeren tussen dames en heren niet toegelaten. Stayeren achter een voertuig is tevens niet toegelaten.

De deelnemers dienen de verkeersregels altijd in acht te nemen, tenzij een Technical Official dit anders adviseert. Andere deelnemers mogen niet gehinderd worden. Politie en seingevers staan in voor de veiligheid.

ER ZIJN GEEN LIMIETTIJDEN bij de fietsproef.

## 2<sup>de</sup> LOPEN

Idem zie eerste loopproef

ER ZIJN GEEN LIMIETTIJDEN bij de loopproef.

PARCOURS 2,5km/20,5km/5km

[Download](#) het parcours van de eerste loopproef. Er wordt 1 ronde afgelegd.

[Download](#) hier het Fietsparcours. Er worden 4 ronden afgelegd.

[Download](#) hier het parcours van de tweede loopproef (link met plan parcours). Er wordt 2 ronden afgelegd

Meer info <http://www.cdtg.info/nl>



## DUO WEDSTRIJD

Bij duo-wedstrijden is er een minimumleeftijd per discipline of wedstrijdelement. Voor meer info verwijzen we hieromtrent naar de BTDF Sportreglementen, hoofdstuk 17. Voor het bepalen van de leeftijd en toegelaten afstanden geldt het geboortjaar (en niet de geboortedatum).

Competitie onder de 16 jaar is niet toegelaten. Wie dit jaar 16 wordt, mag wel deelnemen

### Gedragcode:

Het duo meldt zich op de wedstrijd dag gemeenschappelijk aan op het wedstrijdsecretariaat met de nodige documenten (licentie, identiteitsbewijs met foto).

Elk teamlid kent vooraf het wedstrijdparcours en aantal rondes.

De loper meldt zich 15 min voor de start van de wedstrijdreeks aan bij de start. Volg aandachtig de briefing als deze ter plaatse gegeven wordt.

De fietser meldt zich tijdig bij de check-in aan de wisselzone met fiets, startnummer en helm (controleer de openingsuren van de check-in). Is de fietser niet op tijd, dan kan de Technical Official beslissen om het team niet meer te laten starten.

De wissel tussen de verschillende teamleden gebeurt op de voorziene plaats in de wisselzone en volgens de juiste procedure.

Tijdens de wedstrijd zijn binnen de wisselzone enkel de teamleden aanwezig van de eerstvolgende proef.

Het teamlid voor de volgende proef houdt zich klaar op de voorziene plaats in de wisselzone (opwarming met verplaatsing is niet toegelaten - hier wordt enkel gewisseld).

Fietsers dragen het startnummer duidelijk zichtbaar op de rug, lopers vooraan op het lichaam. Bij elk teamlid wordt het startnummer wel nog eens vermeld op de rug van elke hand, op armen en benen. Bij het gebruik van één chip per team (voor de tijdsregistratie) wordt deze gedragen door de atleet die in wedstrijd is: de loper die de chip tijdens de wissel doorgeeft aan de fietser en die het daarna doorgeeft aan de loper. De chip wordt altijd gedragen aan de linkerenkel.

Tijdens het fietsen zijn de algemene drafting reglementen (men mag in elkaars wiel rijden) van toepassing (zie Sportreglementen BTDF), met uitzondering van atleten die als individu deelnemen aan de volledige wedstrijd (geen duo). Dus duo-atleten mogen niet stayeren met atleten van een individuele reeks.





## SANCTIES

Wanneer een atleet de Sportreglementen niet naleeft, kan de Technical Official een mondelinge waarschuwing, een tijdsstraf of een diskwalificatie (rode kaart) geven.

Bij een tijdsstraf of “stop&go” (gele kaart) moet de atleet stoppen op een veilige manier, indien nodig afstappen aan één kant van de fiets en wachten op de instructies van de official vooraleer terug te vertrekken (“go”). Tijdens het wachten mag de atleet geen andere activiteit uitvoeren (bevoorraden, omkleden, ...) tenzij het herstellen van de inbreuk (indien mogelijk).

Bij een rode kaart of diskwalificatie, als gevolg van een straf of het niet meer voldoen aan de wedstrijdvoorwaarden, moet de atleet de wedstrijd staken en wordt zijn/haar resultaat opgenomen als DSQ (zonder wedstrijdzeiten).

Bij zwaardere inbreuken kan een procedure tot schorsing of uitsluiting worden opgestart via het Geschiltribunaal.

Bij protest dient de atleet de intentie binnen de 5 minuten na aankomst te melden aan de aanwezige CRO of aankomst- Technical Official. Het schriftelijk protest (formulier bij CRO) wordt schriftelijk ingediend bij de CRO binnen de 15 minuten na aankomst. Protest omtrent fouten in de tijdsregistratie/uitslag moet binnen de 2 werkdagen na de wedstrijd worden ingediend bij de CRO. Protest tegen een “field of play” beslissing is niet mogelijk, tenzij in uitzonderlijke omstandigheden. Meer info hierover in hoofdstuk 9 en 10 van de BTDF Sportreglementen.

## PRIJSUITREIKING

De prijsuitreiking is voorzien zo vlug mogelijk na aankomst van de laatste deelnemer RBR wedstrijd op het podium.