

# 38<sup>ste</sup> Velloopzwem De Haan

## Zaterdag 21 maart 2020

VERPLICHTE LECTUUR!!!

LEZEN AUB!!!

- 1) Bij aankomst in het Wielingencentrum, Graaf Jansdijk 18, 8420 De Haan (Wenduine - tentoonstellingszaal) dient elke triatleet volgende documenten voor te leggen :
  - Identiteitskaart of
  - licentiekaart voor leden van V.T.D.L.

+ borgsom van **€ 50,00** voor **enkelband met chip + genummerd kaderplaatje.**

**(GEPAST GELD a.u.b!!!)**

**Parkeren kan op de Rotonde - Plein naast het Wielingencentrum!**

**NIET OP DE ZEEDIJK!!! Plaats voor 100 auto's!**

### Let op:

Volgens de reglementering van de V.T.D.L. zal bij een eventueel ongeval van een deelnemer zonder licentie slechts een verzekeringsdossier opgestart worden indien de aangifte is vergezeld met een attest van medische geschiktheid. Hoewel elke deelnemer bijgevolg over een dergelijk attest moet beschikken, moet dit attest niet worden voorgelegd op de wedstrijddag in het wedstrijdsecretariaat.

- 2) De wedstrijdnummers worden overhandigd aan het inschrijvingssecretariaat in de tentoonstellingszaal van het Wielingencentrum. **Het gebruik van borst en / of rugnummer is verplicht** **eveneens de enkelband met chip.** **Triatleten die een racebelt gebruiken, mogen 1 wedstrijdnummer dragen. Triatleten zonder racebelt dienen verplicht 2 wedstrijdnummers te dragen. Enkel van toepassing op de onderdelen fietsen en lopen.** De nummers moeten zichtbaar opgespeld worden. Enkelband met chip wordt niet gebruikt tijdens het zwemmen. Een racebelt kunt u aankopen bij de triatlonfederatie.
  - I. Elke triatleet krijgt twee fluo - bandjes. Eén voor rond de pols en één om te bevestigen aan het stuur of zadelpen van de fiets.
  - II. De rolstoelatleten krijgen 5 fluo - bandjes. Eén voor de rolstoelatleet en één voor elke begeleider(2) rond de pols, één voor de wheeler en één voor de handbike.
  - III. Elk trio krijgt drie fluo – bandjes. Eén voor de fietser en zijn/haar fiets en loper.

**Wedstrijdmateriaal** > borst- en/of rugnummer, fluo-bandjes, genummerd kaderplaatje en chip met enkelband! Daarnaast krijg je ook een P-kaart, een tijdschema van de dag en 2 etiketten op naam om eventueel op materiaal te kleven.

**Let op TRIO's!** *De zwemmer dient de wedstrijdmaterialen te overhandigen aan de fietser en loper!*

**Zonder P-kaart kom je de parking niet op aan het Sport- en Recreatiecentrum Haneveld!**

3) Het zwemmen zal plaats vinden in het **Wielingenzwembad**, Graaf Jansdijk 18, 8420 De Haan (**Wenduine**). Tel nr 050/414643.

- I. **Merk op!** Er wordt gezwommen in het zwembad **zonder zwemsuits**, enkel zwembroek voor de heren en badpak voor de dames is toegelaten !!!

**Praktische tip > voorzie een halve euro voor de kastjes in het zwembad!!!**

- II. Kunstmatige voortstuwingsmiddelen zoals vinnen, peddels of drijvend materieel van eender welke soort, zijn niet toegelaten! Rolstoelatleten moeten tijdens het zwemgedeelte beide benen vastgebonden hebben tussen knie en enkel.

Elke triatleet krijgt een start uur om te zwemmen. **Wees op tijd!** Ter plaatse krijgt elke triatleet een baan toegewezen van de verantwoordelijke! Geen discussie mogelijk bij de toewijzing van een baan! Bij onregelmatigheden wordt **ZONDER VOORAF TE VERWITTIGEN** de eventuele inbreuk genoteerd en komt de triatleet achteraf niet voor in de officiële uitslag ! **Max. zwem tijd = 15min!**  
**Er kan geen opwarmingsbaan voorzien worden in het zwembad! Opwarmen dient te gebeuren op de kade. Opwarmen in de toegewezen baan is verboden!**

4) De fiets- en loopproef zal plaats vinden aan het Sport- en Recreatiecentrum Haneveld, Nieuwe Steenweg 74, 8420 De Haan ( Klemskerke ) met **start** omstreeks 15u05 volgens de snelste zwemtijd in **zaal 2** in de **sporthal**. De wedstrijd klok start om 15u00. **Enkel loopschoenen zijn toegelaten. Elke vorm of soort van fietsschoenen, ook met een plaatje in de voetschool, zullen geweigerd worden in de zaal!**

**Het rugnummer moet vooraan worden gedragen van zodra de atleet in de oplijning komt en dit tot de triatleet gestart is.**

**Tijdens het fietsen dient het wedstrijdnummer zichtbaar te zijn op de rug.**

**Tijdens het lopen dient het wedstrijdnummer vooraan zichtbaar te zijn.**

- I. De triatleet met de beste zwemtijd start als eerste voor het fietsen. Het fietsen start om 15u stipt ( borst- en / of rugnummer zichtbaar opspelden).  
Aansluitend volgt de loopproef.  
De sprekende klok (scheidsrechter) zal de triatleten één voor één laten vertrekken volgens de tijden van het zwemklassement!
  - II. Rolstoelatleten zullen vertrekken vanuit een fietsenpark gelegen langs de Nieuwe Steenweg! Een jurylid zal de triatleten op het juiste moment laten vertrekken.
  - III. De fietser van een trio's dient bij de wissel zijn/haar helm achter te laten in het fietsenpark voor de wissel met de loper. De fietsschoenen mogen aanblijven.
- 5) Tussen 16u en 18u30 kan men de enkelband en het kaderplaatje afgeven in de **inkom van de sporthal** gelegen in het Sport- en Recreatiecentrum Haneveld. Bij teruggave van de enkelband en kaderplaatje krijg je samen met uw borgsom van €50,00 een naturaprijs. Het eindresultaat zal geraadpleegd kunnen worden via [www.dehaansport.be](http://www.dehaansport.be) .
- 6) Er zijn parkeermogelijkheden in de onmiddellijke nabijheid van het Wielingencentrum.  
Er zijn parkeermogelijkheden voorzien aan het Sport- en Recreatiecentrum Haneveld.  
Gelieve uw P kaart duidelijk te bevestigen aan de voorruit van uw wagen. **Geen P-kaart = geen toegang!**  
De P kaart ontvangt u in het Wielingencentrum samen met het borst –en rugnummer.  
Indien de parking volzet is, kan je parkeren in de Kievitenlaan (gps). Via een kleine dreef kan je de sporthal via de achterkant bereiken.
- 7) **Het fietsenpark opent om 13u45.** Alle fietsen, helmen en fietsschoenen moeten **tussen 13u45 en 14u30** in het fietsenpark (wisselzone) geplaatst worden. De wedstrijduitrusting (fiets, helm, borst- en/of rugnummer, genummerd kaderplaatje en fluo-bandjes) zal gecontroleerd worden door de scheidsrechters **vóór** het plaatsen van de fiets in het fietsenpark. ***Triatleten die zich laattijdig melden aan de check-in of de opgegeven check-in tijden niet respecteren kunnen een penalty ontvangen of vóór de wedstrijd geweigerd worden.***
- 8) Alle deelnemers dienen zich uiterlijk om **14u35** aan te **bieden** in zaal 2 van de sporthal.  
**De rolstoelatleten dienen zich uiterlijk om 14u50 op te stellen in hun wisselzone langs de Nieuwe Steenweg.**

9) Om **14u40** begint de **afroeping van de triatleten**. Alle triatleten worden opgelijnd volgens het zwemklassement . Wees op tijd !!! De organisatie wacht niet !!! Triatleten die te laat of niet in orde zijn met de wedstrijduitrusting worden als laatste opgelijnd. Het rugnummer moet vooraan worden gedragen van zodra de triatleet in de oplijning komt en dit tot de triatleet gestart is. Na de start vanuit de sporthal moet het rugnummer terug zichtbaar zijn op de rug!

10) Officiële start omstreeks 15u05 volgens de snelste zwemtijd vanuit de sporthal. De wedstrijdklok start om 15u00.

Stayeren wordt toegelaten onder de mannen en onder de vrouwen.

**Stayeren wordt verboden tussen vrouwen en mannen. De dames en heren moeten op minstens 10 meter afstand van elkaar fietsen?**

**Stayeren wordt eveneens verboden tussen trio's en individuele triatleten!!!**

**Trio's mogen onder elkaar stayeren.**

**Stayeren wordt toegelaten onder de rolstoelatleten.**

**Gedubbelde triatleten mogen ook niet stayeren bij triatleten die een ronde voorliggen.**

11) Draftingwedstrijd: uitrusting fiets

- a. het kader van de fiets moet een traditioneel patroon hebben d.w.z. driehoekig.
- b. niet meer dan 2 meter lang en 0,50 cm breed.
- c. allebei de wielen moeten gespaakt zijn en minimum 12 spaken tellen.
- d. beide wielen moeten dezelfde diameter hebben.
- e. alleen traditionele sturen (race-sturen) zijn toegelaten (uitzondering voor MTB). De stuureinden moeten dichtgestopt zijn.
- f. er worden geen opzetstukken op het stuur toegelaten.**
- g. fietsen uitgerust met schijfremmen worden toegelaten.**

11 bis) Draftingwedstrijd : uitrusting handbike en wheeler

De wedstrijduitrusting voor het fietsen en lopen moeten conform de sportreglementen van de UCI en de Belgische Triatlon en Duatlon Federatie zijn!

12) Alhoewel op alle kruispunten signaalgevers en politieagenten hebben plaatsgenomen, dienen de deelnemers zich strikt te houden aan de verkeersreglementen !

Begeleiding van deelnemers tijdens het fietsen en lopen is verboden.

**Rolstoelatleten mogen wel begeleid worden tijdens het fietsen en lopen.**

**HOU UITERST RECHTS !!!**

**WEES VOORZICHTIG, WANT U NEEMT DEEL OP EIGEN RISICO !!!**

**EEN GOEDE VALHELM IS VERPLICHT**

**(In 2018 zijn er 2 triatleten geweigerd omdat de helm barsten vertoonde).**

- 13) De juryleden volgen de proeven. Bij onregelmatigheden, naargelang de overtreding volgt een **sanctie 'STOP EN GO' (gele kaart) of DSQ (rode kaart)**. Bij een rode kaart moet de triatleet de wedstrijd onmiddellijk verlaten. Bv. gevaarlijk rijgedrag vertonen tijdens de fietsproef, betekent 'rode kaart'.  
Tijdslimiet fietsen 1u20 (16u20).
- 14) De fietsproef bestaat uit 3 ronden (27,3 km) met aansluitend 3 ronden lopen (8,6km). Bij onregelmatigheden wordt ZONDER VOORAF TE VERWITTIGEN de eventuele inbreuk genoteerd en komt de triatleet achteraf niet voor in de officiële uitslag ! **Tijdslimiet fietsen: 1u20. Tijdslimiet lopen: 1u10.**
- 15) Gedubbelde atleten  
Een gedubbelde triatleet moet uiterst rechts rijden of lopen en doorgang verlenen aan een dubbelende triatleet.  
Een triatleet wordt als gedubbeld beschouwd op het ogenblik dat hij gepasseerd wordt door het wedstrijdvoertuig (motard – fiets) met rode vlag.  
**Gedubbelde triatleten mogen niet stayeren bij triatleten die een ronde voorliggen.**
- 16) Tijdens het fietsen en lopen worden er geen oortjes, koptelefoons, e.d. toegelaten.
- 17) De AANKOMST is voorzien op de parking langs de Nieuwe Steenweg ter hoogte van het Sport- en Recreatiecentrum Haneveld. Aan de aankomst wordt water en fruit voorzien. ***Indien een triatleet vergezeld is door een niet-deelnemer in de aankomstzone wordt de triatleet gediskwalificeerd. Teamgenoten van een TRIO mogen de loper van het team **niet** vergezellen bij het aankomen.***
- 18) De prijsuitreiking zal **omstreeks 17u30u** van start gaan in sportcafé Ball Populair gelegen in sporthal Haneveld. Er zijn verschillende klassementen > Open (van 1<sup>ste</sup> t.e.m. 5<sup>de</sup> plaats bij heren en dames), M18, F18, FU23, MU23, F24, M24, Masters A,B,C , inwoners van De Haan, Trio's en rolstoelatleten mits deelname van minstens 5 deelnemers per categorie. Indien 2 klassementen dezelfde uitslag vertonen dan wordt de hoogst aangeschreven categorie gebruikt. De uitslag zal

met naam en voornaam op onze website bekend gemaakt worden.  
[www.dehaansport.be](http://www.dehaansport.be) in samenwerking met de triatlonfederatie.

- 19) Het kan gebeuren dat een triatleet, door ziekte, kwetsuur, ondanks het feit hij/zij is ingeschreven, in laatste instantie toch **forfait** moet geven. Een **beleefdheidstelefoontje of e-mail** maakt het voor de inrichters allemaal zoveel eenvoudiger, waarvoor dank.
- 20) **HOU HET PROPER OP DE WEG TIJDENS HET FIETSEN EN LOPEN. TOON RESPECT VOOR DE NATUUR (HAANSE POLDERS).**
- 21) Vanaf 10u30 kunt u in SPORTCAFE 'Ball Populair' gelegen in sporthal Haneveld tegen een democratische prijs **pasta** verkrijgen o.a. bolognaise, chicken en ham/kaas. Eveneens kunt u **soep, croque, hotdog en/of een belegd broodje** verkrijgen.



- 22) Secretariaten: **Verplicht aan te melden in het Wielingencentrum (tentoonstellingszaal) voor de zwemproef!**

**Hoofdkantoor :**

Sport- en Recreatiecentrum Haneveld  
Nieuwe Steenweg 74  
8420 De Haan (Klemskerke)

TEL: 059 / 24 21 04

E-mail: [sport@dehaan.be](mailto:sport@dehaan.be)  
[stijn.bulcke@dehaan.be](mailto:stijn.bulcke@dehaan.be)

**Secretariaat > aanmelden!**

Wielingencentrum  
Graaf Jansdijk 18  
8420 De Haan (Wenduine)

TEL: 059 / 41 46 43

E-mail: [wielingencentrum@dehaan.be](mailto:wielingencentrum@dehaan.be)

**Veel succes ! Enjoy en have fun!**

Vanhaecke Bas  
Sportfunctionaris

Soetaert Elie  
Sportfunctionaris

Bulcke Stijn  
Sportfunctionaris

Jacques Goedgebeur  
Hoofdscheidsrechter





38<sup>ste</sup> EDITIE

# VELOOPZWEM

ZATERDAG

21 MAART 2020



Inschrijvingen: [VTDL.TRIATHLON.BE](https://vtDL.com)